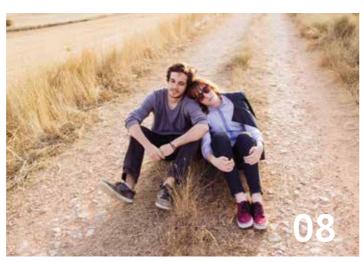
[ka:punkt]

Gut beraten.











- **O4 Ein Blick hinter unsere Fassade**Auf den Punkt gebracht
- **O6 Begegnet im Forum**Gesichter und Geschichten
- **O8** Ansprechbar in jeder Situation Unsere Beratungsangebote
- **14 Spirituelles**Der Sehnsucht Raum geben
- **18 Kunst & Veranstaltungen**Kultur und Kreatives im [ka:punkt]
- 20 Stichwort Ehrenamt
 Engagiert im [ka:punkt]

Liebe Leserin, lieber Leser,

herzlich willkommen im [ka:punkt]. Obwohl es uns bereits seit einigen Jahren gibt, sind manche Besucher immer wieder neu von unserer **Bandbreite** überrascht. Den Satz: "Das wusste ich gar nicht!" hören wir dabei oft.

Als offener Treffpunkt in katholischer Trägerschaft bieten wir vieles in einem: Café, Kunst, Beratung und Spiritualität. Doch es sind immer die Menschen, die unser Miteinander prägen: Jene, die uns besuchen, um einen Kaffee zu trinken oder um Rat zu fragen. Menschen, die ein paar Minuten Stille suchen oder das Gespräch. Es sind die Menschen, die dieses Haus mit ihrer Arbeit, und ihrem Einsatz stützen und unterstützen: Die Hauptamtlichen, Künstler und vielen Ehrenamtlichen, die durch ihre Begabungen und Ideen den [ka:punkt] zu einem ganz besonderen Ort der Begegnung im Herzen Hannovers machen. Immer wieder anders, immer wieder neu. Dafür sind wir dankbar.

Nehmen Sie mit dieser Broschüre gern Einblick in unser Haus – und vielleicht schauen Sie **demnächst auf einen Kaffee** bei uns vorbei?

Wir freuen uns auf Sie, Ihre

Julia Johanna

Jutta Johannwerner

Mac. Vaga. Preport

Propst Martin Tenge







[ka:punkt]: Auf den Punkt gebracht

"[ka:punkt], was ist das?" Wer bei einem Stadtbummel fragend an unserem Schaufenster vorbeischlendert, ist herzlich eingeladen, sich ein eigenes Bild zu machen. Das "ka:" bringt's auf den Punkt und lässt gleichzeitig alles offen: Unsere Besucher finden hinter diesem Kürzel genau das, was sie persönlich suchen – kommunikatives Café, individuelle Beratung, meditative Auszeit und vieles mehr. Werfen Sie einen Blick hinter unsere Fassade!

Auf vier Etagen bietet der [ka:punkt] Raum, Weite und diverse Möglichkeiten der Begegnung. In der City unterwegs, fühlen sich viele unserer Gäste zunächst von unserem Kaffeeangebot im Forum angesprochen. Ein Ort, an dem es in vielerlei Hinsicht geschmackvoll zugeht: Mit wechselnden Ausstellungen oder Veranstaltungen bietet sich immer auch ein breit gefächerter Kunstgenuss – gezielt oder ganz nebenbei.

Andere finden den Weg zu uns, weil es ihrem Leben gerade nicht so läuft wie gewünscht oder geplant. Bei ihnen steht das "ka:" dann für die vielen kompetenten Köpfe, die eine professionelle Beratung in allen Lebenslagen kostenlos anbieten; aber auch für die vielen ehrenamtlichen Mitarbeiter, die mit Herz und Hand im Forum jederzeit als Ansprechpartner zur Verfügung stehen.

Suchen und finden

Wieder andere genießen im Alltagstrubel einen Augenblick der Ruhe in unserem Raum der Stille. Und viele sind nach ihrer Entdeckungstour ganz einfach überrascht, dass "ka:" auch für katholisch stehen kann.

Vielleicht finden auch Sie bei uns, wonach Sie schon länger suchen? Einen Ort der Begegnung? Einen Treffpunkt, in dem der Mensch im Mittelpunkt steht?

Doch grau ist alle Theorie, bunt das Leben: Bis Sie demnächst einmal "live" bei uns vorbeischauen, nehmen wir Sie nun mit auf einen Streifzug durch unser lebendiges Haus und stellen Ihnen dabei Menschen und Themen vor, die uns täglich – vom Unter- bis zum Dachgeschoss – begegnen.

kommunikatives Café
individuelle Beratung
meditative Auszeit Kunst
Kino Konzerte Jazz
Mittagsgebet Talk Workshops
Seminare

Gesichter und Geschichten rund um den [ka:punkt]



Torsten und Gernot Böhmeke, "Musikbrunnen Böhmeke"

Kaffee und Musik in guter Nachbarschaft

"Am Anfang haben wir gerätselt, was sich wohl hinter dem Namen [ka:punkt] bei unserem neuen Geschäftsnachbarn verbirgt. Bis wir dann mal auf einen Kaffee herübergegangen sind und später ein Klavier nach drüben verliehen haben. Seitdem entspannen wir zwischendurch ein- bis zweimal am Tag sehr gern bei einer Kaffee-Auszeit im [ka:punkt]. Es ist gemütlich dort. Oft ergeben sich auch interessante Gespräche. Inzwischen sind die Kaffeebesuche im [ka:punkt]nicht mehr wegzudenken und wir liefern bei Veranstaltungen die nötigen Musikinstrumente. Wir finden es gut, dass Kirche an diesem zentralen Ort sichtbar wird."

Udo Welke, Techniker

"Meine wärmende Insel"

"Im Lauf der Jahre ist der [ka:punkt] zu meiner persönlichen "wärmenden Insel" in Hannover geworden, die ich meist einmal in der Woche besuche. Allein schon das Café ist besonders: Ruhiger als andernorts. Handy-Telefonate sind nicht erwünscht. Das ist im Trubel des Alltags äußerst wohltuend - sich einmal sammeln zu können. Der bunt gemischte Altersquerschnitt der Besucher gefällt mir, auch das kulturelle Angebot. Darüber hinaus begeistert mich die christliche Atmosphäre: Sie ist unaufdringlich, aber dennoch präsent. Ich habe hier schon vieles ausprobiert – mich beraten lassen oder an einer der zahlreichen Veranstaltungen teilgenommen. Der [ka:punkt] bietet einfach hohe Qualität in allen Bereichen."



Christine Braun, Lehrerin

Treffpunkt für die ganze Familie

"Im [ka:punkt] bin ich gern und oft zu Gast. Einerseits mit Schülergruppen, wenn wir im Rahmen des Religionsunterrichts in der Innenstadt unterwegs sind oder auch ganz gezielt für eine gemeinsame Auszeit im Raum der Stille. Andererseits treffe ich mich hier privat sehr gern mit meiner Familie: Die Enkelkinder dürfen spielen, ohne dabei störend zu sein, während wir Erwachsenen gleichzeitig einen Kaffee trinken können. Alles in allem eine wunderbare Idee. Familiär und gemütlich. Außerdem ein sehr gutes und niederschwelliges Angebot, um mit Glaubensthemen in Kontakt zu kommen, wenn man möchte."



Martina Andres, Sozialarbeiterin und rechtliche Betreuerin

Ruhepol im Lärm der Stadt

"Den [ka:punkt] habe ich bereits vor Jahren entdeckt: Ich suchte damals einen Ort, an dem ich mich in Ruhe mit meinen Klienten treffen konnte. Seitdem überzeugt mich dieses Gesamtkonzept immer wieder: ansprechend und schön eingerichtet, mit günstigen Preisen und einer sehr freundlichen Atmosphäre. Die hin und wieder wechselnden ehrenamtlichen Mitarbeiter im Café tragen hierzu enorm bei – ich nehme sie alle immer als sehr zugewandt wahr. Längst genieße ich die Vorzüge des [ka:punkt] auch für mich persönlich und tanke zwischendurch gern Ruhe im Raum der Stille. Wo gibt es sonst so etwas? Mitten im Lärm der Stadt?"





Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus unseren Beratungsstellen freuen sich auf die Begegnung mit Ihnen.

Ansprechbar – in jeder Situation Offene Beratung

Gefühle und Gedanken, die ausgesprochen und neu sortiert werden müssen. Ein drängendes Thema, das sich nicht wegdiskutieren lässt. Eine Tatsache, die unerträglich ist und das eigene Leben auf den Kopf stellt: Manchmal ist plötzlich alles ganz anders, manchmal eher schleichend, doch immer gibt es viele Gründe, sich an eine professionelle Beratung zu wenden. An einen Menschen, der dabei hilft, neue Perspektiven zu entwickeln – wenn dem eigenen Kopf im Gedankenkarussell schwindlig ist.

Läuft das Leben nicht so wie geplant oder erhofft, ist sprichwörtlich "guter Rat teuer". Gut zu wissen, dass die offene Beratung im [ka:punkt] im Falle eines Falles spontan und kostenfrei für Sie zur Verfügung steht: Eine Fachkraft nimmt sich für Sie Zeit und hilft Ihnen bei der Klärung Ihres Anliegens. Aus unserer Erfahrung wissen wir, wie sehr ein offenes Gespräch im akuten Augenblick dabei unterstützen kann, die persönlichen Wogen zu glätten.

Sollte es darüber hinaus sinnvoll sein, vermitteln wir Sie anschließend an eine unserer Fachberatungsstellen im Haus oder an andere Fachdienste weiter, die Ihnen dann im nächsten Schritt zur Seite stehen.

Sprechen Sie uns an – und mit uns über alle möglichen Situationen Ihres Lebens: Wir sind für Sie da.

Die Beratung findet diskret in einem eigenen Raum statt: ohne Anmeldung, anonym und kostenfrei.

Mo. bis Fr. von 14.00 bis 18.00 Uhr.

Neue Perspektiven entdecken

Ehe-, Familien- und Lebensberatung im [ka:punkt]

Die Zahlen sprechen für sich: Über 700 Klienten nehmen in rund 3.000 Stunden pro Jahr das Angebot der Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) im [ka:punkt] wahr. Hinter diesen nüchternen Zahlen stehen Frauen und Männer, die in ihrer Partnerschaft, Familie oder generell in ihrem Leben Konflikte austragen, die sie massiv herausfordern. Mit unklaren, widersprüchlichen oder problematischen Gefühlswelten, die wie ein verknotetes Wollknäuel in der Hand und auf dem Herzen liegen.

In der EFL finden Sie dann Beraterinnen und Berater, die in anerkannten Methoden der psychologischen Beratung ausgebildet sind und Ihnen dabei helfen, den individuellen Faden wieder aufzunehmen und zu entwirren: "Dabei ist es uns wichtig, keine 'Ratschläge' zu erteilen", so Gregor Branahl, Leiter der Beratungsstelle. "Es geht darum, gemeinsam einen Weg zu gehen, der neue Perspektiven eröffnet und Spielräume erweitert – denn viele Paare finden selbst keine Worte mehr für sich, die nicht verletzen."



Beraten & Begleiten [ka:punkt] Katholische Kirche in der City. Beraten & Begleiten

Breit gefächerte Themen

Die EFL richtet sich an Menschen in unterschiedlichsten belastenden Lebenssituationen, unabhängig von Konfession oder Weltanschauung. Auch die Themen sind breit gefächert und reichen von Konflikten in Partnerschaft und Familie, über Belastungen durch soziale oder gesundheitliche Probleme bis hin zu Trauer und Verlusterfahrungen. In der Beratung können dann Gefühle wie Traurigkeit, Ängste oder Einsamkeit aufgefangen und bearbeitet werden. Je nach Bedarf reichen hierfür einige wenige Gespräche, manchmal umfasst ein Beratungsprozess aber auch bis zu zehn oder mehr Sitzungen. Doch ob kurz oder lang, Paar-, Einzel- oder Familienberatung – das Angebot wird rege angenommen: "Manche kommen auf Empfehlung von Bekannten, andere durch den Tipp eines behandelnden Arztes", weiß der Leiter der Beratungsstelle - und durch die kürzlich eingeführten Rückmeldebögen der Klienten weiß er noch mehr: Etwa, dass die Arbeit der EFL außerordentlich positiv bewertet wird und der

Aspekt der kostenlosen Beratung gut ankommt. "Wir möchten, dass alle Ratsuchenden dieses Angebot wahrnehmen können, unabhängig vom Einkommen. Daher wird unsere Arbeit aus Kirchensteuermitteln und freiwilligen Spenden finanziert." So kommt es wohl auch, dass der eine oder andere Rückmeldebogen am Schluss gern eine handschriftliche Zusammenfassung wie diese trägt: "Ich bin froh, den Schritt zu Ihnen gewagt zu haben!"

Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung im [ka:punkt] ist eine Einrichtung des Bistums Hildesheim. www.efl-bistum-hildesheim.de

Bitte vereinbaren Sie ein Anmeldegespräch. Sie erreichen uns Mo. bis Do. von 14.00 bis 17.00 Uhr unter Telefon 0511 270739-40.



Ob Einzel-, Paar- oder Familienberatung: Wir sind für Sie da.

Sprechen Sie uns an – auch wenn bereits eine Wohnungskündigung droht.



(K)eine Frage des Geldes Schuldnerberatung im [ka:punkt]

Wege aus scheinbar ausweglosen finanziellen Problemen zu finden – auch hierfür gibt es bei uns passende Menschen, die weiterhelfen können: Durch fachlich-versierte Unterstützung. Langfristig oder als ganz konkrete Sofortmaßnahme.

Wenn Schulden drücken, ist die Not groß – und die Hemmschwelle, Hilfe anzunehmen, hoch. Diese Erfahrung machen Matthias Wenzel und sein Team von der Caritas-Schuldnerberatung oft. "Geldmangel ist ein schambesetztes Thema. Vor allem sich selbst einzugestehen, dass diese Situation nicht mehr allein bewältigt werden kann", sagt Wenzel. Viele kommen erst, wenn wirklich nichts mehr geht: Sich Zahlungsaufforderungen stapeln, das Abschalten des Stroms oder sogar die Wohnungskündigung droht. Er empfiehlt daher: "Sobald Rechtsanwälte oder Inkasso-Unternehmen schreiben, sollte man sich beraten lassen."

Kostenloses Erstgespräch

Die Terminvergabe geht im [ka:punkt] schnell und unkompliziert: Zunächst erhalten Ratsuchende ein Erstgespräch, in dem die jeweilige finanzielle Situation offen thematisiert, und gleichzeitig auch über die Rechte als Schuldner informiert wird. Hieraus ergeben sich weitere Schritte. In akuten Situationen nehmen die Ansprechpartner der Caritas umgehend Kontakt zum Sozialamt, Jobcenter oder auch zum Stromanbieter auf, um eine Notlage fürs Erste auffangen zu können.

Dann wird mit Gläubigern verhandelt oder das Verbraucherinsolvenzverfahren eingeleitet – je nach Wunsch der Ratsuchenden. Im Laufe der Beratungen geht es immer auch darum, Schuldenfallen künftig zu meiden und die Ratsuchenden für den eigenen finanziellen Spielraum zu sensibilisieren: Was sind wichtige Schulden? Welche eher nachrangig? Was kann ich mir darüber hinaus leisten?

Wissen, was zu tun ist

Ob junge oder alte Menschen, von Armut betroffenen oder gut situierte – die Nachfrage nach Terminen ist groß. Im Anschluss an die Erstberatung kümmert sich die Schuldnerberatung der Caritas deshalb besonders um besonders eilige Fälle, um existentielle Probleme, z. B. bei alten oder kranken Menschen oder auch bei Alleinerziehenden zu vermeiden. Darüber hinaus aber auch um alle, deren Schuldenlast erdrückend ist. Ratsuchende, die noch über ein geregeltes Einkommen verfügen, erhalten weiterführende Informationen, etwa, welche weiteren Anlaufstellen für sie geeignet oder zuständig sind. So gibt es für verschuldete Jugendliche beispielsweise spezielle Beratungsangebote.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im [ka:punkt] hören Ihnen zu, begleiten Sie in Ihrer Situation und sorgen durch die Verhandlung mit Ihren Gläubigern für Entlastung. Die Beratungsgespräche der Caritas-Schuldnerberatung sind grundsätzlich kostenfrei und vertraulich.

Gehen Sie den ersten Schritt und rufen Sie uns an! Telefon 0511 270739-53

schuldnerberatung@caritas-hannover.de www.caritas-hannover.de

Beraten & Begleiten

Ab wann ist das Maß voll? Suchtberatung im [ka:punkt]

Alkohol, Medikamente oder erhöhter Medien konsum – ab wann ist das Maß voll? Oft sind Suchtmittel wie Alkohol günstig zu beschaffen, überall verfügbar und gesellschaftlich anerkannt: Doch was ist, wenn das zur Entspannung genossene Glas Rotwein am Abend immer öfter zur ganzen Flasche wird? Wenn der "gesellige" Aspekt immer wieder als Ausrede herhalten muss?

Wir sind Ihre kompetenten Ansprechpartner, wenn Sie sich mit Ihren persönlichen Konsumgewohnheiten auseinandersetzen möchten oder nach Hilfsmöglichkeiten für Angehörige, Freunde oder Bekannte suchen.

Frank, 56* berichtet über seine Erfahrungen:

"Als mein Drang nach Alkohol irgendwann lebensbestimmend wurde, musste ich mir selbst vor über einem Jahr schmerzlich eingestehen, dass ich so nicht weiter leben möchte. Mein Hausarzt hat mir den [ka:punkt] für die ambulante Therapie empfohlen. Ich dachte zuerst: Caritas? Katholische Kirche? Ich? Nie! Doch er konnte mich in dieser Hinsicht schnell beruhigen: Bekehrt wird nicht. Und es stimmte. Ich bin hier null bedrängt worden. Die Atmosphäre des Hauses empfand ich von Beginn an als hochgradig angenehm, obwohl "Glaube" auch weiterhin weder Thema noch Motivation für mich ist.

Schon der 15-minütige Erstkontakt mit der Suchtberatung hat mich damals überzeugt: Ich hatte direkt das Gefühl, dass mir da geholfen werden kann. Deshalb habe ich mir auch keine anderen Häuser mehr angesehen. Hier war ich einfach richtig. Eine Herzensentscheidung, wenn Sie so wollen.

Inzwischen bin ich den Leuten vor Ort einfach nur dankbar: Sie haben mich therapeutisch von Beginn an mit ins Boot genommen. Immer alles mit mir besprochen. Mir die Chance gegeben, dass ich das alles mittragen kann. Auch in emotionalen Momenten haben sie mich aufgefangen, runtergeholt. Da war immer jemand, der mir zugehört und mich ernst genommen hat. Gleichzeitig wurde mir jedoch nie etwas versprochen, was nachher nicht eingetreten ist. Alle, die ich bisher hier kennenlernen durfte, haben mir das Gefühl vermittelt, dass sie ihre Arbeit wirklich gern machen.

Bis heute sind für mich Umfeld, Kommunikation und Beratungsqualität in den jeweiligen Gruppen sehr stimmig. Auch eine große emotionale Unterstützung. Für mich ein wichtiger Aspekt, neben der persönlichen Motivation, warum die Therapie so gut funktioniert: Ich bin nun seit über einem Jahr trocken und kann aus heutiger Sicht ganz klar sagen: Es war eine der besten, wenn nicht die beste Entscheidung meines Lebens, mir Hilfe zu holen."

*Name redaktionell geändert

Holen auch Sie sich Hilfe! Wir stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Neben unseren eigenen Beratungs- und Gruppenangeboten vermitteln wir Ihnen auf Ihren Wunsch auch gerne zusätzliche Unterstützung: Ob Selbsthilfe-Gruppen, weitere Beratungsmöglichkeiten oder Kliniken.

Vereinbaren Sie mit uns einen Termin unter 0511 270739-80 oder schauen Sie in unserer offenen Sprechstunde vorbei: Do., 15.00 bis 16.30 Uhr. Suchtberatung-hannover@caritas-hannover.de www.caritas-hannover.de

Den Boden unter den Füßen wiedergewinnen Krebsberatung im [ka:punkt]

Aufgefangen werden, wenn eine Krebserkrankung ihre vielen Gesichter zeigt – professionell und zu jedem Zeitpunkt der Erkrankung: Ob selbst betroffen oder als Angehöriger. Wenn alles ins Wanken gerät, ist es gut zu wissen, dass es im Krebsberatungszentrum der Caritas im [ka:punkt] Hilfe gibt.

Wohin mit sich selbst, wenn die Diagnose "Krebs" von jetzt auf gleich alles auf den Kopf stellt? Plötzlich nichts mehr so ist, wie es war? Worauf sollte ich im Umgang mit einem erkrankten Partner oder Freund achten? Wie sag ich's meinem Kind?

Wir sind für Sie da und begleiten Sie in jeder Phase der Erkrankung.

Krebs beschränkt sich nicht nur auf den medizinischen Aspekt, sondern wirkt sich schnell auf viele Bereiche des Lebens aus: körperlich, psychisch, sozial, aber auch spirituell. Im persönlichen Gespräch "denken wir unter anderem laut miteinander nach": Was ist als erstes notwendig und möglich, um Belastungen zu reduzieren? Welche Schritte müssen folgen? Es geht darum, Sie zu stärken, Ihre Kinder aufzufangen und Sie mit wichtigen Informationen zu versorgen.

Fragen zum Umgang mit der Erkrankung, zu Krisensituationen, zu Angst, Wut und Trauer finden in Einzel-, Paaroder Familiengesprächen ebenso ihren Platz wie Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung, der Rehabilitation und der Teilnahme an Selbsthilfegruppen. Je nach Ihrer individuellem Situation begleiten wir auch über einen längeren Zeitraum; von der Diagnose bis zur Nachsorge. Gleiches gilt für Angehörige, Freunde oder Kinder. Wir geben Ihnen Zeit und Raum für alles, was durch die Diagnose Krebs in Bewegung gekommen ist. Durch die Zusammenarbeit mit einer Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin ermöglichen wir auch Kindern von krebserkrankten Eltern einen Raum, um über die eigenen Nöte und Sorgen sprechen zu können.

Förderprojekt der Deutschen Krebshilfe

Als Förderprojekt der Deutschen Krebshilfe beraten wir nach qualitätsgesicherten Leitlinien. Eine Krebserkrankung hat viele medizinische, soziale und psychische Facetten. Damit Sie sich bei uns gut und auch fachlich aufgehoben fühlen, sind die Mitarbeiterinnen in unserem Team langjährig erfahren und als Psychologinnen und Psychoonkologinnen mit zertifizierter Weiterbildung in Psychosozialer Onkologie (WPO/DKG) und als Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin professionell ausgebildet.

Wir arbeiten mit onkologischen Kliniken, Organzentren, niedergelassenen Ärzten und allen relevanten sozialen, ambulanten und stationären Einrichtungen zusammen, um für Sie die bestmögliche Betreuung zu erreichen und eine vernetzte psychosoziale Patientenversorgung in Stadt und Region Hannover zu ermöglichen.

Rufen Sie uns an! Wir unterstützen Sie und Ihre Angehörigen in allen Phasen der Erkrankung und Nachsorge. Unsere Beratungsgespräche sind kostenfrei und vertraulich. Wir sind zur Verschwiegenheit verpflichtet.

Vereinbaren Sie mit uns einen Termin unter 0511 270739-63 (Mo., Mi., Do. von 9.00 bis 12.00 Uhr, Di. von 14.00 bis 17.00 Uhr) Offene Sprechstunden (Einzelgespräche): Mo. 16.00 Uhr bis 18.00 Uhr, Mittwoch 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr krebsberatung@caritas-hannover.de www.krebsberatung-hannover.de



Professionelle Krebsberatung unterstützt und bietet Halt.







Der Raum der Stille: Das Geheimnis dieses Ortes einfach einmal auf sich wirken lassen ...



"Ich habe hier ein gutes Fundament bekommen" Geistliche Begleitung im [ka:punkt]

Menschen begegnen, die den eigenen Weg stützen und stärken: Die geistliche Begleitung im [ka:punkt] ist für Margarete H. zu einem festen Bestandteil ihres Lebens geworden:

"Den [ka:punkt] kannte ich bereits vom Hörensagen, als ich mich 2011 entschloss, dort anzurufen. Es ging mir zu diesem Zeitpunkt sehr schlecht. Durch meine schwere Erkrankung, die darüber hinaus auch noch sehr selten ist, war ich seelisch zunehmend in großer Not. Damals hatte ich Frau Johannwerner, die Leiterin des [ka:punkt], direkt am Apparat und fasste sofort Vertrauen. Bereits am kommenden Tag saß ich dann in ihrem Büro. Seitdem bin ich regelmäßig einmal in der Woche bei ihr zum Gespräch. Es ist mir inzwischen so wichtig, dass ich auch mit allerletzter Kraft dorthin kommen würde. Die Atmosphäre dieses Hauses trägt mich, und das Vertrauen und die Geborgenheit, die ich in der geistlichen Begleitung durch Frau Johannwerner erfahre, sehe ich als besondere Fügung an.

"Du gehst nie allein"

Ich war zwar schon vorher, allerdings mit Pausen, irgendwie gläubig – doch erst hier habe ich ein so gutes Fundament bekommen, das mich auch in schlimmsten Zeiten stützt. Geprägt durch meine Krankheit vergleiche ich es mit einer Infusion: Im Krankenhaus bekomme ich regelmäßig eine für den Körper und hier eine seelisch-geistige. Ganz am Anfang hat mir Frau Johannwerner einmal ein Lesezeichen mit dem Spruch "Du gehst nie allein" mit auf den Weg gegeben. Er wurde mein Mantra. Und er ist es bis heute.

Wir sprechen einfach über alles. Selbst mein tägliches Allerlei kann ich hier loswerden, genau wie meine immer wieder auftretenden Zweifel, an denen ich jedoch nicht mehr ver-zweifle: Die geistliche Begleitung richtet mich ja wieder auf. Ach, ich könnte über den [ka:punkt] ein Buch schreiben, wie oft ich anschließend getröstet und erleichtert nach Hause gegangen bin. Da ist einfach ein so großes Gefühl der Dankbarkeit und des Vertrauens in mir. Ich bekomme spirituellen Halt und Unterstützung: wir beten zusammen, sprechen über meine Glaubensfragen und gelegentlich auch über den Tod. Selbst meinen eigenen habe ich in diesem Zusammenhang schon thematisiert. Ich bin vorbereitet, habe keine Angst. Doch er darf warten - mein Leben ist nämlich trotz des körperlichen Radaus noch sehr erfüllt. Und wenn ich einmal weinen muss, dann darf ich das auch hier. Vor allem aber lachen wir. Und das tun wir gern und oft."

Wir nehmen uns Zeit, um auf Ihre Fragen zu Kirche und Glauben einzugehen und suchen gemeinsam nach Antworten. Wenn Sie Ihr Leben über eine gewisse Zeit im Licht des Glaubens deuten wollen, bieten wir Ihnen geistliche Begleitung. Es geht um Wachstum, Krisen, Veränderungen und das ganz Alltägliche.

Vereinbaren Sie bei Interesse einfach ein Gespräch – wir freuen uns auf Sie. Jutta Johannwerner, Telefon 0511 270739-41 Ulrike Langer, Telefon 0511 270739-43

Der Punkt auf dem i – Raum der Stille

Ruhe, Meditation und Spiritualität genießen

Wer die Treppe ins Untergeschoss nimmt, findet Ruhe und Auszeit in unserem Raum der Stille. Stühle oder auch Meditationsbänkchen laden zu Besinnung, Rückzug und Gebet ein. Sonst immer "auf dem Sprung" und "online", wird hier der oft hektisch fließende Strom alltäglicher Anforderungen in ruhigeres Gewässer geführt. Tauchen Sie ein – um mit neuer Kraft in Ihrem individuellen Alltag wieder aufzutauchen.

Gut zu wissen: Gebetszeiten

Zu unseren Gebets- und Gottesdiensten laden wir herzlich ein. Das tägliche Mittagsgebet findet von Mo. bis Do. um 12.30 Uhr statt. Eine heilige Messe feiern wir jeden Freitag, ebenfalls um 12.30 Uhr.

Außerdem bieten wir Ihnen regelmäßig diverse spirituelle Angebote, über die Sie in unseren Halbjahresprogrammen sowie auf unserer Website informieren können.

Und falls Sie schließlich Lust haben, noch mehr spirituelle Luft zu schnuppern – bei uns ist auch ein (Wieder)Eintritt in die katholische Kirche möglich. Darüber hinaus stehen wir Ihnen auch außer der Reihe bei religiösen Fragen oder Zweifeln zur Seite.









Hat sich neu entschieden: Lehrerin Katrin Stetter.

Glaubensfreiheit genutzt (Wieder-)Eintritt im [ka:punkt]

Katrin Stetter ist 2013 aus der Kirche ausgetreten und 2017 über den [ka:punkt] zurückgekehrt. Zwei Entscheidungen, die sie unterschiedlich begründet:

"2013 war ein sehr spezielles Jahr für mich. Einerseits kündigte sich bei meiner Schwester ein Baby an, auf das ich mich sehr freute. Andererseits erhielt unsere Mutter die Diagnose Krebs, Unheilbar, Ein totaler Schock, In dieser Situation kam ich erstmalig mit dem [ka:punkt] in Berührung: Mit meinem inneren Chaos habe ich mich in der Krebsberatung für Angehörige gleich gut aufgehoben gefühlt. Daher war mir ein paar Jahre später schnell klar, an wen ich mich mit meinem Wiedereintritt wenden möchte - aber der Reihe nach: Meine Mutter starb dann innerhalb von vier Monaten. Ihr letzter Wunsch, das erste Enkelkind kennen zu lernen, ist nicht in Erfüllung gegangen. Da half all mein Beten nichts. Weil ihr Leben zuvor ohnehin schon leidgeprüft war, hatte ich es mir so für sie gewünscht – warum konnte Gott ihr nicht wenigstens dieses eine Glück schenken? Mit ihrem Tod, zehn Wochen vor der Geburt meines Neffen, habe ich meinen Glauben ein Stück weit verloren. Noch im selben Jahr bin ich aus der Kirche ausgetreten: Das, was passiert ist, war mit meinem Glauben nicht länger vereinbar. Dabei stamme ich aus einer christlichen Familie.

Merkwürdiger Weise habe ich es seitdem jedoch immer wieder geschafft, in besonderen Momenten in einer Kirche zu sein – so bin ich an einem 6. Januar zufällig in einen Dreikönigsgottesdienst in Salzburg gestolpert. Wunderschön. Orte der Besinnung sind Kirchen wohl doch für mich geblieben. Viele Freunde haben inzwischen geheiratet. Kirchlich. Das hat mir auch gefallen. Gleichzeitig spürte ich bei allen Anlässen die Verbundenheit mit den Menschen, die in der Kirche zusammenkommen: Mit ihnen teile und lebe ich dieselben Werte. Allerdings brauche ich nicht unbedingt das Gebäude, um zu glauben.

Teil des Ganzen sein

Jetzt erwartet meine beste Freundin Zwillinge. Sie hätte mich gern als echte Patin, nicht als Taufzeugin. Das kann ich verstehen. Vielleicht hat mir diese Anfrage den letzten "push" gegeben, meinen Austritt zu überdenken? Tatsache ist, dass ich all das in Zukunft selbst wieder möchte. Teil des Ganzen sein. Für mich. Vielleicht auch eines Tages für meine Kinder. Daher ist mir der Wiedereintritt am Ende nicht schwergefallen – und aufgrund meiner guten Erfahrungen mit dem [ka:punkt] hat es mich dann gefreut, dass dieser Schritt auch dort möglich ist."





Vielfalt im ka:punkt: Malerei von Shima Zahedi (oben) und das Commedy-Duo Carola & Caspar (unten).

Bilder, Kleinkunst & Co. Kulturelles erleben

"Entweder ein Kunstwerk sein, oder eines tragen," empfahl der Schriftsteller Oscar Wilde. Der [ka:punkt] kann beides: Durch unsere wechselnden Ausstellungen, Konzerte, Comedy, Filmzeit oder Kreativworkshops sind wir ein permanentes Gesamtkunstwerk, das immer wieder neu den Besuch lohnt. Lassen Sie sich von unserer Programmvielfalt überraschen und entdecken Sie Ihre persönlichen Highlights in unseren Halbjahresprogrammen oder auf unserer Website.

Ein weit gefächertes kulturelles Angebot ist für uns Herzenssache. Daher ziehen Haupt- und Ehrenamtliche das Jahr über mit der vielfältigen Künstlerschar immer tatkräftig an einem Strang: Etwa wenn es darum geht, eine Vernissage oder Ähnliches zu organisieren. Vielleicht nicht ganz im von Wilde gemeinten Sinn, doch Kunstwerke zu tragen – zum Beispiel durch unsere Räume – gehört dabei noch zu unseren leichteren Übungen.

Wer sich bei uns im Forum bei einer Tasse Kaffee über eines der ausgestellten Bilder ganz besonders freut, kann es meist auch käuflich erwerben. Oder um es augenzwinkernd mit Wilhelm Busch zu sagen: "Oft trifft man wen, der Bilder malt, viel seltener wen, der sie bezahlt." Qualität hat meist ihren Preis – wir halten ihn bei unseren Veranstaltungen jedoch immer im Rahmen. Doch am besten, Sie überzeugen sich bei nächster Gelegenheit einfach selbst. Über Kunst kann man schlecht reden, man muss sie erleben.

"Für dieses Paar auf der Bühne hätten wir gute Beratungsmöglichkeiten …"

(Jutta Johannwerner über "Wo die Liebe hinfällt dort" des Duos "Carola & Caspar")

Immer eine tolle Bühne!

"Das Café im [ka:punkt] bietet immer eine tolle Bühne für unsere Auftritte. Neben der guten Akustik besticht der Raum gerade durch seine private Atmosphäre: Klein und sehr gemütlich. Wir Künstler genießen diese Nähe zum Publikum ganz besonders.

Gern erinnere ich mich auch an die schöne Reihe "Musik zum Feierabend". Dort bin ich mit Schülerinnen und Schülern von mir aufgetreten. In diesem Rahmen hat beispielsweise eine Klarinettenschülerin ihr Programm für das Musikabitur vorgeführt. Mut zum und Freude am künstlerischen Experimentieren – auch das zeichnet den [ka:punkt] für mich aus!"

Klaus Wössner ist mit diversen Programmen, u. a. "Carola & Caspar", regelmäßig im [ka:punkt] zu Gast.





Genießt eine kleine Auszeit zwischen zwei Veranstaltungen: Wolfgang Sender.

Stichwort Ehrenamt

"Der [ka:punkt] macht etwas mit einem"

Der [ka:punkt] wäre nicht denkbar ohne das Engagement unserer vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer. Sie sorgen für die besondere Atmosphäre unseres Hauses. Wolfgang Sender ist einer von ihnen.

"Sie haben nicht zufällig einen mobilen Backofen?" Wolfgang Sender ist ein Macher. Weil er in ein paar Tagen mit seiner "Time to Talk"-Runde Kekse backen möchte, ist er auf der Suche nach einem passenden Gerät. Und weil die Sache dringlich ist, platziert er sein Anliegen gezielt vorab – obwohl es in diesem Gespräch eigentlich um seinen persönlichen Bezug zum [ka:punkt] gehen soll. Geht es ja auch. Allerdings, passend zum [ka:punkt] selbst, von mehreren Seiten aus betrachtet.

"Wie die Jungfrau zum Kinde", sagt der 61-jährige, sei er vor Jahren hierher gekommen. Zunächst immer im Advent, als er mit seiner Frau zum Einkaufen nach Hannover fuhr. "Wir haben dort dann einen Kaffee getrunken, auch wegen der besonderen Atmosphäre." Näher beschäftigt hat

er sich mit dem [ka:punkt] aber erst, als seine Tochter für ihre Abifeier ein unterstützungswürdiges soziales Projekt suchte und dort fand. So kam auch Sender selbst in engeren Kontakt mit vielen haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitern. "Eine bunte Truppe, besonders im Ehrenamt: Ärzte, Professoren und Hartz-IV-Empfänger." Und weil ihm gefiel, was er sah, beschloss er, sich ebenfalls ehrenamtlich im Forumsdienst zu engagieren. Kaffee kochen, servieren und dabei immer ein herzliches Miteinander zu erleben – das fasziniert ihn bis heute.

Einsam sein – das Schlimmste

So erinnert er sich an viele gute Begegnungen, unter anderem an diese: Zwei ältere Damen, beide im Pelzmantel und beide jeweils allein, saßen traurig an ihren Tischen. "Ich habe sie irgendwann miteinander ins Gespräch gebracht. Es stellte sich heraus, dass beide kurz zuvor ihre Ehemänner verloren hatten. Von diesem Augenblick an hatten sie sich gefunden." Denn das, so der Familienvater, sei ja immer das Schlimmste: "Einsam sein." So begeistert

und überzeugt Sender vom [ka:punkt] erzählt, so zurückhaltend ist er, wenn es um ihn als Person geht. Demut ist dabei ein Wort, das ihm gefällt. Er ist froh, wenn er "einfach machen" darf – die große Bühne überlässt er gern anderen.

Beherzter Einsatz, der ankommt

Im Gespräch über sich greift er daher auch lieber auf Charakterisierungen seiner Mitmenschen zurück: Als er die wöchentliche Gesprächsrunde "Time to talk" übernimmt, in der Flüchtlinge vor allem den Gebrauch der deutschen Sprache praxisnah üben wollen, nennt ihn seine Frau schmunzelnd einen "unruhigen Geist". Wohl wahr: Unter seiner Leitung finden sich Woche für Woche schnell rund 40 Personen bei ihm im [ka:punkt] ein, sein beherzter Einsatz kommt an. So hat ihm ein syrischer Medizinstudent aus der Gruppe kürzlich versichert: "Wenn Du mal krank bist, brauchst du bei mir nie etwas zu bezahlen!" Weil Sender andauernd neue Ideen im Kopf herumspuken, sind auch die regelmäßig stattfindenden Kinoabende "sein Kind".

Was treibt ihn an, was treibt ihn um? "Mein Lebensweg ist nicht immer gerade verlaufen. Aber es geht mir dennoch gut. Und wenn ich diese Welt irgendwann einmal verlasse, möchte ich etwas getan haben, damit sie ein klein wenig besser war." Klar, dass in diesem Zusammenhang auch die Gretchenfrage nahe liegt – Herr Sender, wie halten Sie es

mit der Religion? Kurzes Schweigen, dann erwähnt er erneut ein Zitat, dieses Mal von einer hauptamtlichen Mitarbeiterin: "Sie sind ein spiritueller Mensch, Herr Sender." Und er ergänzt: "Wissen Sie, ich weiß es wirklich nicht. Ich habe schon sehr früh mein Urvertrauen verloren. Bin dennoch auf dem Papier evangelisch geblieben. Seit ich hier bin, ist aber schon vieles anders. Ich fühle mich zuhause. Hingezogen. Und kürzlich stand ich abends, nachdem alle weg und die Geschirrspüler eingeräumt waren, allein vor dem Kreuz, bestimmt eine Viertelstunde. Der [ka:punkt] macht schon etwas mit einem. Ganz klar."

Sie möchten unsere Arbeit unterstützen? Durch Ihr ehrenamtliches Engagement oder durch eine Spende? Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen.

Sprechen Sie uns an:
Gabriele Block, Telefon 0511 270739-51
G.Block@caritas-hannover.de

So können Sie spenden: Spendenbox im Forum oder Konto IBAN: DE44 5206 0410 0200 6177 17



"Time to talk". Hier kommen Flüchtlinge zu Wort und üben deutsch – alltagsnah und praktisch

Der [ka:punkt] Der [ka:punkt] [ka:punkt] Katholische Kirche in der City.









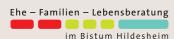


Informationen

Unser komplettes Angebot finden Sie auch auf unserer Website: www.ka-punkt.de

Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung

im [ka:punkt] ist eine Einrichtung des Bistums Hildesheim. Mehr Informationen: www.efl-bistum-hildesheim.de Wir freuen uns über Spenden auf das Konto der EFL im Bistum Hildesheim: IBAN DE62 4006 0265 0034 0873 00



Suchtberatung, Schuldnerberatung und Krebsberatung

im [ka:punkt] sind ein Angebot des Caritasverbandes Hannover. Mehr Informationen: www.caritas-hannover.de

Unterstützt von









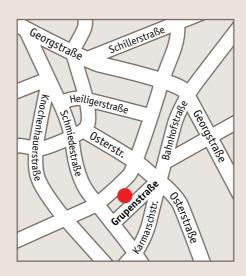


Impressum

Herausgeber: [ka:punkt], Grupenstraße 8, 30159 Hannover Verantwortlich für den Inhalt: Jutta Johannwerner, Telefon 0511 270739-0 Konzeption und Gestaltung: Bernward Mediengesellschaft mbH, Hildesheim Redaktion: Alexandra Kaufhold-Winkler Druck: B & W Druckservice, Groß Düngen Gedruckt auf Recyclingpapier, 100 % Altpapier

Fotos: Fotolia.com: S. 8 Sky Antonio, S. 12 marjan4782, S. 21 Markus Mainka; Chris Gossmann: Titel, S. 20 o. l., S. 3, S. 4/5. S. 6/7, S. 8 u., S. 14 u., S. 16, S. 17, S. 20, S. 22/23; [ka:punkt]: S. 18 u.; Dieter Kempa S. 20 u./21; Photocase.com: S. 9 emoji; S. 10 nanihta; S. 11 kallejipp, S. 13 Allzweckjack; Manfred Zimmermann, Euromediahouse: S. 2 r. u., S. 14 o.; Shima Zahedi S. 18

So finden Sie uns



Parkmöglichkeiten

Unmittelbar vor unserem Haus gibt es leider keine Parkplätze, denn die Grupenstraße ist eine Fußgängerzone. Parkhäuser finden Sie in der Schmiedestraße und der Röselerstraße/Ecke Marktstraße.

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln sind wir vom Hauptbahnhof, vom Kröpcke und von der Haltestelle Markthalle/Landtag aus zu erreichen.



[ka:punkt] Katholische Kirche in der City.

[ka:punkt]

Grupenstraße 8, 30159 Hannover Telefon 0511 270739-0

info@ka-punkt.de, www.ka-punkt.de

Träger

Gesamtverband der katholischen Kirchengemeinden in der Region Hannover unter Beteiligung des Bistums Hildesheim und des Caritasverbandes Hannover

Leitung

Jutta Johannwerner

Seelsorge und Forum Jutta.Johannwerner@ka-punkt.de

Stellvertretende Leitung Gabriele Block

Forum und Caritasverband Hannover e.V. G.Block@caritas-hannover.de Katholische Kirche in der City

Ausstellungen Kommunikatives Café Time to Talk Seminare Lebensberatung meditative Auszeit Kunst Filmzeit Konzerte Jazzfrühstück Mittagsgebet Philosophie Workshops Meditation Lesungen Gottesdienste Kreativworkshops Vorträge Trauercafé Engagement Kuchen Live-Musik Kaffeespezialitäten Kreuzbund Schuldnerberatung Aidsberatung Salsa Suchtberatung Krebsberatung Lichtzeichen Kriegsenkel Gespräche Vernissage Treffpunkt Ruhepol Fastenwoche

