



Fabrik für Musik, Bühne und Stadtkultur

Die KUF, das ist Kultur für alle: Seit 1992 ist die Kulturfabrik Löseke in Hildesheim aktiv und gehört damit zu den ältesten soziokulturellen Zentren Deutschlands. In der ehemaligen Papierfabrik treffen sich jährlich rund 60.000 Menschen zu etwa 800 Veranstaltungen in den Bereichen Musik (Konzert und Party), Bühne (Lesung, Theater, Comedy, Performance und mehr) sowie Stadtkultur (Projekte wie das Faserwerk und die Nordstadt-Wandgalerie wie auch Workshops, Ausstellungen und Märkte). Kommunikation, Partizipation und Kooperation stehen in der KUF-Philosophie an erster Stelle.

Wenn nicht anders aufgeführt, finden alle Veranstaltungen statt in der:

Kulturfabrik Löseke

Langer Garten 1

31137 Hildesheim

Räume: Loretta, Buffo, Halle, Seminarraum, Atelier, PC-Raum

Faserwerk: Ottostraße 77 (Ottoplatz, Nordstadt)

Pressekontakt:

Ionica ‚lo‘ Steingraber | presse@kufa.info | 05121 750 94 52

Download der Pressebilder unter <http://www.kufa.info/presse>

Tickets sind an der Abendkasse sowie im Vorverkauf erhältlich unter www.kufa.info/tickets.

Inhaltsverzeichnis

1. Highlights des Monats	2
2. Inhaltlich sortierte Übersicht der Veranstaltungen.....	3
MUSIK: Konzerte	3
MUSIK: Partys.....	8
BÜHNE	9
STADTKULTUR: Kurse + Treffen.....	10
STADTKULTUR: Speisen.....	13
3. Chronologische Kurzübersicht.....	14

Durch Drücken der STRG-Taste und einem Klick können Sie direkt im Inhaltsverzeichnis auf die gewünschte Seite navigieren.

1. Highlights des Monats

+++ Dancing with Bowie" feat. Bowieboy +++

Die Hildesheimer Band BOWIEBOY lädt in diesem Jahr zu ihrem traditionellen Jahresauftakt ins Loretta der Kulturfabrik ein. "Dancing with Bowie" und "Die Kufa muss bleiben" stehen dabei auf ihrer Fahne.

Als Rocktrio mit einem gehörigen Schuß Punk unternehmen BOWIEBOY einen Spacetrip durch alle Schaffensphasen der Rockikone David Bowie und laden zu einer Tanzparty ein, die sich in den Strahlen des Fixsterns Bowie

Seite 3

+++ Chaos Comedy Club präsentiert von Jochen Prang +++

Kneipen, Clubs und Kellergewölbe: Der Chaos Comedy Club zeigt Comedy da, wo sie entsteht. Monat für Monat werden in unseren Liveshows Jokes ge-crackt, Stories geschliffen und Punchlines performt. Das Ergebnis ist eine Show, so facettenreich wie unsere Stand-Up Szene.

Seite 9

+++ KUFAcore +++

Der zweite Mensch + Sonic Skies + Bedlam Broke Loose + Medusas Revenge

Seite 4

+++ Workshop: Analoge Fotografie +++

Am Wochenende vom 25.&26.01. bieten wir wieder eine Workshopreihe rund um die analoge Fotografie in unserer Dunkelkammer im Faserwerk an. Wir starten am Samstagvormittag mit einem gemeinsamen Fotospaziergang in Hildesheim. Dafür brauchst du nur deine (analoge) Kamera, Filme kannst du für 6€/Stück bei Beginn des Spaziergangs erwerben.

Seite 12

2. Inhaltlich sortierte Übersicht der Veranstaltungen

MUSIK: Konzerte

Sa 04.01. | Beginn 21:00, Einlass 20:30 | frei, Hut geht rum | Loretta

Konzert: "Dancing with Bowie" feat. Bowieboy

Rocktrio mit einem Schuß Punk + DJ O:LEE

Die Hildesheimer Band BOWIEBOY lädt in diesem Jahr zu ihrem traditionellen Jahresauftakt ins Loretta der Kulturfabrik ein. "Dancing with Bowie" und "Die Kufa muss bleiben" stehen dabei auf ihrer Fahne.

Als Rocktrio mit einem gehörigen Schuß Punk unternehmen BOWIEBOY einen Spacetrip durch alle Schaffensphasen der Rockikone David Bowie und laden zu einer Tanzparty ein, die sich in den Strahlen des Fixsterns Bowie

sonnt, um mit ihrem Publikum als Bowienauten in eine musikalische Galaxie abzuheben, in der die Kraft handgemachter Rockmusik die Menschen beseelt und glücklich macht. Im Anschluss sorgt DJ O:LEE dafür, dass der Abend seine funkelnde Bestimmung auf dem Dancefloor des Loretta findet. Also: Put on your red shoes...

Mi 08.01. | Beginn 21:00, Einlass 20:30 | frei, Hut geht rum | Loretta

Konzert: ASTMA CHOIR + TEMENGGONG

Club VEB präsentiert: Math Rock + Stoner/Psychedelic/Impro

Asthma Choir ist das kreative Vehikel von Torsten Lang und Rafael Espinoza. Sie erschaffen eine musikalische Sprache, vollereigenwilliger Klänge und Texte, deren Klangwerdung bildhaft ist, doch gleichzeitig auf nichts offensichtlich Objektives hinweist - es ist gutes Material für die Vorstellungskraft. Ihr Trio mit dem Schlagzeuger Richard Lucius ruft eine unruhige und dystopieromantisierende Atmosphäre hervor und konfrontiert den Zuhörer mit der verhext-cinematismen und doch krückerhaften Konstruktion, die ihre Klangwelt ist.

[Website](#)

[Bancamp](#)

[Instagram](#)

[Youtube](#)

Aus einem zufälligen Foto, wachsendem Interesse an Muränen und dem von Geo-Epoche geklauten Namen entstand „**Temenggong**“.

Das frisch gegründete Trio bringt Stoner, Blues Rock, Doom, Psychedelic und Proto Metal auf die Bühne – sehr laut, mit viel Druck (und Improvisation).

Die Reihe – Kyuss, Hendrix, Elektrohasch, Sabbath und Soft Machine, Cream, Can und Coltrane – hat die 3 Musiker über 10 Jahre beeinflusst und streiten lassen. Jetzt soll alles zusammen kommen.

Temenggong sind:

Friedrich Kuhn (E-Gitarre)

Maximilian Schneider (E-Bass)

Jakob Müller (Schlagzeug)

[Instagram](#)

Sa 11.01. | Beginn 20:00, Einlass 19:00 | 12,-€ | Loretta

Konzert: KUFAcore

Der zweite Mensch + Sonic Skies + Bedlam Broke Loose + Medusas Revenge

„**Der zweite Mensch**“ ist ein wütender Ausbruch verzerrter Gitarren und gedroschener Drums der gemeinsam mit elektronischen Sounds, eine Welt schafft, die dich mit brüllender Stimme in ein Abgründiges Wechselbad der Gefühle stürzt, während dir mit der Rapkeule der Schädel eingeschlagen wird. Zynisch, kompromisslos und unversöhnlich wird die Fassade einer Welt aus Lügen, Manipulation und menschlichen Abgründen eingerissen, während die Musik mit Presslufthammer, Kettensäge und Dampfwalze den Soundtrack für den Abgesang spielt. Kein Happy End, für niemanden. Sterbt Alle!

[Instagram](#)

[Facebook](#)

[Bandcamp](#)

[Spotify](#)

METALCORE IST TOT! LANG LEBE DER METALCORE!

Sonic Skies stehen für Metalcore. Kompakt, atmosphärisch und eingängig, ohne dabei die Härte herunterzuschrauben. Zwischen Politik und Emotionalität, nah am Zeitgeist, unterstreichen englischsprachige Texte den Sound der Band.

Die 2012 in Hameln gegründete Band erarbeitete sich in mehr als 100 gespielten Live-Shows eine Souveränität, die Ihres Gleichen sucht. Metalcore Fans kommen sofort auf ihre Kosten: Atmosphärische Gitarren Riffs, niederschmetternde Breakdowns und Shouts, welche gänzlich auf den im Metalcore typischen Cleanesang verzichten! Das aufkommende und zugleich gute Gefühl bei getragenen Gitarren Rhythmen überträgt sich live direkt auf die 5 Jungs und auf das jeweilige Publikum. Die emotionsgeladenen Songs sitzen direkt im Ohr der Zuhörer!

LAUT, HEAVY UND GERADEHERAUS EMOTIONAL - DAS SIND SONIC SKIES!

Nach zwei in Eigenregie veröffentlichten und nach kurzer Zeit vergriffenen EPs sind Sonic Skies nun den einzig logischen weiteren Schritt gegangen: Die Aufnahme eines full length Albums "Drifter" in den Daily Hero Studios in Berlin. Das 12 Songs starke Debut Album der Band erscheint am 29.06.2018 über das Label 7US/7Hard!

Sonic Skies sind Sebastian Töteberg (Vocals), Dennis Jungesbluth (Gitarre), David Schmiedekind (Gitarre), Andreas Brunke (Bass) und Philipp Tellmann (Drums)

[Instagram](#)

[Facebook](#)

[Spotify](#)

Bedlam Broke Loose

Es ist viel zu lange her: Nachdem sich Bedlam Broke Loose von 2008 bis 2014 mit über hundert Shows in der deutschen Metal- und Hardcore-Szene etabliert hatten, beschlossen die Bandmitglieder, dass es an der Zeit war, sich zu trennen. 2023 sind sie zurück und liefern ihren ganz eigenen Sound mit einer ausgeprägten Mischung aus Metal und Hardcore. Die gesamte Diskographie aus zwei EPs und dem Debütalbum „In These Words“ steht jetzt zum Streamen bereit. Pass auf, wenn Bedlam Broke Loose in eine Stadt in deiner Nähe kommt, um auf die Bühne zu gehen. Wenn sie das tun, solltest du besser da sein, um mitzusingen und deine Füße zu bewegen.

[Instagram](#)

[Spotify](#)

Medusas's Revenge - female-fronted Metallic Hardcore aus Hildesheim. Gegründet 2024 liefert die vierköpfige Band einen Sound, der von Walls of Jericho und Year Of The Knife beeinflusst wurde. Frontfrau Sabrina, deren markante Stimme bereits in einem Feature mit Tyrant's Paradox im Song „Brute Force“ zu hören war, bringt eine besondere Energie und Rohheit in die Band ein. Medusa's Revenge verbindet metallische Härte mit Hardcore-Elementen und setzt auf klare Strukturen und Direktheit, die sich auch in ihren Texten widerspiegeln.

[Instagram](#)

Mi 15.01. | Beginn 21:00, Einlass 20:30 | frei, Hut geht rum | Loretta

Konzert:

Club VEB präsentiert:

Weitere Informationen folgen.

Mi 22.01. | Beginn 21:00, Einlass 20:30 | frei, Hut geht rum | Loretta

Konzert: DISINTEGRATION + TODAY WILL BE WORSE

Club VEB präsentiert: Punk/Hardcore + Post-Hardcore/Punk

Disintegration ist eine Punk/Hardcore Band aus Braunschweig.

Nach der ersten E.P. 'rusted strings, broken backs' im Jahr 2022 und einigen Liveshows sind Chris, Martin und Volker im April 2024 wieder in der Tonmeisterei Oldenburg gewesen, um zwei neue Songs aufzunehmen.

Alltagsfrust, Selbstreflexion und Hoffnung treffen hier in emotionalem Austausch aufeinander. Ihre Einflüsse reichen von Minor Threat, Lifetime und Death Is Not Glamorous, bis Banner Pilot, Samiam, The Lawrence Arms und Iron Chic.

Doch der eigene Stil kommt einfach aus dem Bauch und hält sich dabei an keine festen Regeln. Schon immer war Hardcore und Punk für sie mehr als nur Musik.

disintegrationpunx.bandcamp.com

Spotify: Disintegration

Instagram: disintegrationpunx

Today Will Be Worse ist eine aufstrebende Band aus Hannover die Ihr Genre als Post-Hardcore mit Punk Einflüssen betitelt. Mit intensiver Musik und energetischen Texten, die dem Publikum direkt

in den Magen boxt. Es geht darum, den Leuten einen guten Abend zu bereiten und nicht den 6/8 Takt mit musikalischen Highlights zu bedienen. Aber dennoch im Songwriting durchdacht.

Alles aus Liebe gegründet in den Corona Jahren, besinnt sich die Band auf Ihre musikalischen Wurzeln und einen druckvollen ehrlichen Sound. Wenn Stephi voller Wut, emotionale und sozialkritische Themen in intensiver Performance dar schreit, bleibt selbst die Mukker Polizei in der letzten Reihe nicht unberührt.

Was es besonders macht ? Die Liebe zur Musik und das sieht und merkt man :Live!

Line up

Timo – Schlagzeug

Stephi – Gesang

Phillipp – Gitarre
Niels - Gitarre
Markus – Bass

[Instagram](#)
[Facebook](#)
[Bandcamp](#)

Fr 24.01. | Beginn 20:00, Einlass 19:30 | 10€ / erm. 7€ | Kneipe

Konzert: JazzFabrik

Rufus D

Mit Rufus D wagen sich drei Musiker in die unerforschte Meta-Sphäre der Musik hinaus: Da draussen – in der genrefreien Leere zwischen Konventionen und Kategorien – fanden Dominik Zäch (git), Balz Muheim (dr) und Linus Meier (b) zuerst einmal zu sich selbst und dann zu sich als Band. Rufus D vereint schwere Odd Meter Beats mit minimalistischen Klanglandschaften, beeinflusst von der Risikobereitschaft des Jazz, dem Drive elektronischer Tanzmusik, sowie dem Raum und der Geduld von Post-Rock.

Entstanden ist die Musik von Rufus D aus stundenlangem Spielen und Improvisieren, begonnen teils mit kleinen Patterns und konkreten Ideen, teils als Produkte aus unzähligen Jams. Als sich dann sieben Stücke aus dem musikalischen Fundus herauskristallisierten, wurden sie auf dem Album «Leichtes Fieber» zusammengeführt, welches im Oktober 2022 veröffentlicht wurde. Mit zwei Touren durch Deutschland und die Schweiz wurde das Album getauft. Derzeit befinden sich neue Songs in der Entwicklungsphase, die im August 2024 im Studio für das zweite Album aufgenommen werden. Das neue Album wird im Herbst 2025 veröffentlicht.

[Youtube](#)
[Soundcloud](#)
[Instagram](#)
[Website](#)
[Linktree](#)

Mi 29.01. | Beginn 21:00, Einlass 20:30 | frei, Hut geht rum | Loretta

Konzert: MUNTERFEL + LUCIE

Club VEB präsentiert: Pop/Synth/Jazz/eigen + Electro/Performance

munterfel. ist die Übersetzung eines Gefühls in eine Band. Das Gefühl von Freiheit abseits des Alltags. Ein Fluchtpunkt von grauer Realität in eine bunte Parallelwelt.

munterfel. - ein junges, geschlechterparitätisches Bandkollektiv based in Leipzig. sie machen Pop und hinterfragen das Genre gleichzeitig, indem sie in ihrer Besetzung aus Gesang, Drums, Synthesizer und Kontrabass eine neue Musik zwischen akustischen so wie artifiziellen klängen spielen.

Mit diesen beiden scheinbaren Antagonisten experimentiert und jongliert die Band, um einen zeitlosen und dennoch ohne akademische Barriere zum Tanzen anregenden Sound zu entwickeln.

Die 4 jungen Musiker.innen aus Leipzig lernten sich während des Jazz/Pop-Studiums kennen. Diese Ausbildung hinterlässt in den Kompositionen natürlich Spuren und sorgt für Einflüsse aus vielfältigen Genres wie Jazz, Techno, Drum'n'Bass und House. Ebenso lassen sie sich inspirieren von der vorausgegangen Popkultur, um das Publikum vom Gewohnten ins Neue und

aufregende zu begleiten.

Popmusik als bejahen einer allgemein gültigen Gemeinschaft, die in der letzten Jahren immer wieder hinterfragt werden musste. Im Jahr 2021 releaste munterfel. bereits 4, 2022 weitere 2 Singles und startete das Jahr 2023 mit monatlichen Singlereleases und einer neuen Reihe kurzer Liveversionen ihrer Songs, released auf Instagram und TikTok. Die durchwegs positive Resonanz ihrer ersten Tour im Sommer 2021 betonte eine Empfindung ganz besonders: munterfel. ist der Soundtrack eines wiedererwachten bunten Lebens das ausgelassen tanzt.

munterfel. das sind:

Laurenz Bogen: synthesizer und talkbox

Aline Patschke: drums

Ida Wutzler: vocals

Leo Zwiebel: kontrabass

[Youtube](#)

LUCIE is a singer, songwriter, music producer, sound engineer and performance artist from Berlin. In her songwriting LUCIE plays with vulnerability, irony and exaggeration to liberate herself and her audience from social anxiety, self-doubt and patriarchal norms. Strong rhythmic hooks in a dark universe of synths and experimental production complement LUCIE's ethereal vocals. Her Live-Show is a dance-driven Electronic Set played with her live-band.

[Youtube](#)

MUSIK: Partys

Fr 10.01. | Beginn 23:00, Einlass 23:00 | 6€ vor 00:00, danach 8€ | Buffo

Party: Let's Fetz

Indie Pop Party

Taucht mit uns in die Welt des Indie Pops. Bei unserer Let's Fetz - Indie Pop Party erwartet euch eine eine Tanznacht, bei der die Füße nicht still stehen bleiben.

Es wird eine Mischung aus deutsch- und englischsprachigen Songs aus dem Indie/Indiepop-Genre aufgelegt.

Macht euch bereit für Banger und gute Vibes - wir sehen uns auf der Tanzfläche.

Sa 11.01. | Beginn 23:00, Einlass 23:00 | 12€ | Buffo

Party: Oblique

Hardgroove Trance & Hard Techno

Sa 18.01. | Beginn 23:00, Einlass 23:00 | 6€ bis 0:00 Uhr, danach 8€ | Buffo

Party: The Booty Shakin'

Drum'n'Bass & more

Seit 2002 sorgt die Partyreihe The Booty Shakin für frisches Tanzvergnügen: Drum'n'Bass, Breaks und Jungle fühlen sich hier bestens aufgehoben. Dafür verantwortlich zeigen sich die Residents Dundee, DJ Taz, MC Mall-T und iCarl. Seit 2014 gibt es einmal pro Quartal eine The Booty Shakin-D'n'B-Compilation mit vielen Tracks, die auf den Veranstaltungen laufen. Die Booty-Crew hat es sich zur Lebensaufgabe gemacht, immer alles zu geben und die Gäste jedes Mal mit dem Feinsten und Neuesten aus den basslastigen Genres zu befeuern!

Ab 18? Nein, d.h. mit Partyzettel (nur offizieller Vordruck) kommst du auch mit 16 rein, bitte beachte die Hinweise hier www.kufa.info/faq/#FAQ02

Sa 18.01. | Beginn 23:00, Einlass 23:00 | 6€ bis 0:00 Uhr, danach 8€ | Loretta

Party: Hilde tanzt!

Die neue Alte in der KUFA

DJ Braesh & Jesse James bringen für euch die Hilde zum tanzen. Mit im Gepäck: Neues, Angesagtes und Altbekanntes aus Indie, Rock, Alternative und Artverwandtem. Also weg mit dem Besen und rein in die KUFA.

Ab 18? Nein, d.h. mit Partyzettel (nur offizieller Vordruck) kommst du auch mit 16 rein, bitte beachte die Hinweise hier www.kufa.info/faq/#FAQ02

Sa 25.01. | Beginn 23:00, Einlass 23:00 | 5 € / ab 24 Uhr 7 € | Buffo

Party: 90s & 2000er

Die besten & trashigsten Hits

Was haben Die Backstreet Boys, Tic Tac Toe, Alien Ant Farm und Pink gemeinsam? Wir spielen ihre besten und trashigsten Songs für euch bei unserer neuen 90s & 2000er Party. Mit euren Lieblingssongs aus zwei Epochen tanzen wir mit euch durch die ganze Nacht, völlig hemmungslos - als würdet ihr unter der Dusche oder im Auto singen ..

BÜHNE

Fr 10.01. | Beginn 20:00, Einlass 19:30 | 25€, erm. 20€ | Halle

Comedy: Chaos Comedy Club

Präsentiert von Jochen Prang

Kneipen, Clubs und Kellergewölbe: Der Chaos Comedy Club zeigt Comedy da, wo sie entsteht. Monat für Monat werden in unseren Liveshows Jokes ge-crackt, Stories geschliffen und Punchlines performt. Das Ergebnis ist eine Show, so facettenreich wie unsere Stand-Up Szene.

Albern, düster, meta, oder voll auf die 12. Hauptsache mit Herzblut auf die Bretter! Der Chaos Comedy Club ist die Lösung aller Feierabendprobleme. Peinliche Stille beim Date? Blamage auf dem Dancefloor? — Vergiss es! Während alle anderen am nächsten Tag auf Arbeit antanzen, sitzt du lachend mit Zwerchfellzerrung im Wartezimmer. Wir präsentieren in jeder Ausgabe ein gemischtes Line-Up mit den frischesten Comedy-Köpfen aus ganz Deutschland und dem deutschsprachigen Raum.

[Chaos Comedy Club](#)

Sa 25.01. | Beginn 20:00, Einlass 19:30 | 12€ | KT: 30% | Halle

Lesung: Hildesheimslam

Es ist wieder Zeit für Hildesheims Pottpüree der Slampoet*innen!

Whoop whoop. Neues Jahr, neue Texte, neuer Bock. Am Fr. 25.01.25 winkt der Hildesheimslam zum ersten Slam im neuen Jahr. Wir haben uns gute Vorsätze gemacht und diese bereits über den Haufen geworfen. Aber einem Vorsatz bleiben wir immer treu: beim Hildesheimslam gehts rund und wir präsentieren euch eine handverlesene Auswahl der derzeit besten und angesagtesten Poetry Slammer*innen und regionalen Newcomer*innen. Rising star trifft altes Eisen, Storytelling trifft auf Lyrik, Lachsalm auf Gänsehaut. Niemand kann voraussehen, was passiert. Das ist Bühne, das ist Slam. Regelmäßig versammeln sich motivierte Künstler*innen von allerlei Couleur in den heiligen Hallen der KuFa im spielerischen Kampf um die Gunst des Publikums — und den Aufstieg in den poetischen Olymp. Dazu servieren wir feinste Features, charmante Moderationen und einen rundum erstklassigen Service. Kommt vorbei und werdet Teil des Bebens, das unsere Auftretenden stets auf neue auf die Bühne treibt: die knisternde Atmosphäre im Raum, das gespannte Schweigen, das gelöste Auflachen, das Tosen, der Applaus.

Offenes Faserwerk – Gemeinsames Arbeiten, Stöbern und Kennenlernen
Montags & donnerstags | jeweils 15:00-19:00 | frei, Spenden erwünscht | Faserwerk

Das Faserwerk öffnet seine Türen - immer montags und donnerstags von 15 bis 19 Uhr. Der **Second-Hand-Bereich** ist offen und es kann gestöbert werden. Auch das Offene Arbeiten findet statt. Im **Offenen Arbeiten** kann die Nähwerkstatt frei für eigene Ideen genutzt werden. Gern helfen wir euch bei euren Projekten. Auch Nähanfänger*innen sind herzlich willkommen. Für das Offene Arbeiten lohnt es sich immer eine Voranmeldung per Mail zu schicken, auf Facebook zu schreiben oder vor Ort schon mal einen Termin auszumachen. Wir freuen uns über einen Besuch von euch - nicht nur im Laden, sondern auch auf dem Ottoplatz zwischen Blumen und auf Sitzbänken.

Capoeira – Afro-brasilianischer Percussion-Workshop und Capoeira-Training
Jeden Dienstag | Beginn 17:30, Einlass 17:30 | KUFA: Seminarraum | Tanz

Capoeira ist in seinen afro-brasilianischen Ursprüngen ein als Tanz getarnter Kampf, den die afrikanischen Sklaven in Brasilien entwickelten, um sich gegen ihre Unterdrücker zu behaupten. Die Capoeira vereint Kampf, Musik, Rhythmus und Tanz im gemeinschaftlichen Miteinander. Im Training lernen die Partizipierenden die Bewegungen ebenso wie das Spielen der Instrumente und die Lieder, damit also auch implizit die brasilianische Sprache. Die Lieder thematisieren den Alltag wie auch die Unterdrückung der schwarzen Bevölkerung im kolonialisierten Brasilien. Die Capoeiristas sprechen somit auch eine friedenspolitische Sprache: für Gleichberechtigung und ein friedliches und gewaltloses Miteinander. Es geht nicht um Wettbewerb oder darum, andere zu verletzen oder zu besiegen. Capoeira wird gespielt. Sie schult, das eigene Verhalten zu kontrollieren, stetig zu reflektieren und sich mit der anderen Person spielerisch auseinanderzusetzen.

Nicht zuletzt ist Capoeira eine Körperkunst, die es Menschen ermöglicht, sich tänzerisch auszudrücken und Körperkontrolle sowie akrobatische Fitness zu trainieren.

Einen noch lebendigeren Eindruck gibt's auf unserer Website www.capoeira-angola-hannover.de/

18:30-20:30 Uhr Capoeira-Training

20:30-21:30 Uhr afro-brasilianischer Percussion-Workshop

Infoladen

Jeden Dienstag | Beginn 17:00 | frei | Projektwerkstatt

Infoläden gibt es in vielen Städten Deutschlands sowie auch in anderen Ländern. Seit den achtziger Jahren sind immer mehr Infoläden entstanden. Sie begreifen sich als einen Teil unabhängiger Organisation und schaffen Zugang zu Informationen, die in den Massenmedien nicht oder unzureichend dargestellt werden. Der Infoladen wird ehrenamtlich und selbstorganisiert von Jugendlichen und jungen Erwachsenen betrieben. Wir sind eine offene Gruppe und freuen uns über neue, engagierte Menschen.

Im Infoladen in Hildesheim besteht ein vielfältiges Angebot an Büchern, Zeitschriften und

Zeitungen, die sich mit politischen Themen auseinandersetzen. Hier können Zeitschriften und Bücher sowohl käuflich erworben als auch vor Ort gelesen oder ausgeliehen werden. Ältere Ausgaben werden archiviert und können ebenfalls benutzt werden.

Im Archiv werden außerdem Ereignisse aus der Region dokumentiert. Außerdem gibt es eine umfangreiche Filmsammlung politischer Dokumentarfilme. Alle interessierten Menschen sind willkommen.

Bei einigen Gelegenheiten wie auf Veranstaltungen, Festivals, Konzerten, Vorträgen und Diskussionsabenden, die in einem thematischen Kontext zum Infoladen stehen, bieten wir auch Büchertische an. Fragt hierfür einfach nach.

Öffnungszeiten: Fast immer dienstags von 17:00 bis 19:30 Uhr.

Für Fragen, Anregungen und Weiteres schreibt an infoladen@prowe.org

Jeden Donnerstag | Beginn, 18:30, Einlass 18:00 | 5€ | Seminarraum

Workshop: Fit mit Spaß

Der Fitnesskurs mit viel Humor und Freude

Wir sind eine bunt gemischte Truppe, die sich jeden Donnerstag mit größter Hingabe und Elan zum Sport treiben trifft. Bei uns stehen Freude und Spaß im Vordergrund. Sitzt du Abends allein auf der Couch? Möchtest du gern in einer Gruppe Sport machen, ohne dich dabei in einem Fitnessstudio oder Verein anzumelden? Dann bist du bei uns genau richtig! Warum wir das machen?

Sowohl sportliche Aktivitäten als auch soziale Kontakte tragen zum allgemeinen Wohlbefinden bei. Deshalb wollen wir gemeinsam durch regelmäßige Bewegung Alltags- und Berufsbelastungen entgegenwirken. Durch gezieltes Körpertraining und Entspannung wird die Körperwahrnehmung gestärkt.

Dabei kombinieren wir Kraft- und Ausdauertraining mit Gleichgewichts- und Dehnübungen. Ziel ist es mit einem guten Gefühl nach Hause zu gehen und das körperliche und seelische Wohlbefinden so lange wie möglich zu fördern.

Trainingskleidung: Sportkleidung+ Indoor Turnschuhe + Matte/Handtuch + Getränk

Beginn Donnerstags: 18:30 – 20:30 bei ausreichender Nachfrage ist auch ein früherer Kurs möglich

Raum: Seminarraum

Veranstalterin: Romina Trumtrar

Kontakt: romina@trumtrar.info, Instagram: [@romina_trumtrar](https://www.instagram.com/romina_trumtrar), Facebook: Romina Trumtrar

Jeden Donnerstag | Beginn 20:00, Einlass 19:00 | frei | Kneipe

Stadtkultur: APO Kneipenquiz

If you don't know, now you know!

Für alle Kneipenquiz-Fans gibt es eine gute Nachricht:
Jeden Donnerstag ab 20 Uhr findet das Kneipenquiz in der APO statt.
In Gruppen bis zu 6 Personen könnt ihr euch mit einer Menge unnützem Wissen versorgen und euch an Fragen erfreuen, die niemand allein beantworten kann.

So 12.01. | Beginn 14:00, Einlass 14:00 | 5€ | Halle

Stadtkultur: KUFAmiliientag: Disko

Disko für die ganze Familie

Die KUFA lädt zur Familiendisko ein! Es erwartet euch ein Nachmittag voller Rhythmus, guter Laune und aktueller Kindermusik. Bringt die ganze Familie mit und macht gemeinsam die Tanzfläche unsicher. Unser DJ Björn nimmt auch gerne eure Musikwünsche entgegen!

Beginn: 14:00 Uhr

Ende: 18:00 Uhr

Eintritt: 5€/Kind + eine Begleitperson frei.

Kinder unter 5 Jahren haben freien Eintritt. Als Begleitpersonen gelten Familienmitglieder älter als 15 Jahre. Je weitere Begleitperson zahlt 5€.

Kinder unter 5 Jahren haben freien Eintritt.

Für Personen, die Sozialleistungen beziehen, ist der Eintritt kostenfrei.

Wickelmöglichkeiten sind vorhanden.

Die Veranstaltungsreihe "KUFAmiliientage" wird gefördert von der Stiftung Niedersächsischer Volksbanken und Raiffeisenbanken, der Bürgerstiftung Hildesheim, der Friedrich-Weinhagen-Stiftung und durch die Kulturförderung der Stadt Hildesheim.

Sa 25.01.+ So 26.01 | | Faserwerk

Workshop: Workshop: Analoge Fotografie

Fotospaziergang, Filmentwicklung, Papierentwicklung

Am Wochenende vom 25. & 26.01. bieten wir wieder eine Workshopreihe rund um die analoge Fotografie in unserer Dunkelkammer im Faserwerk an. Wir starten am Samstagvormittag mit einem gemeinsamen Fotospaziergang in Hildesheim. Dafür brauchst du nur deine (analoge) Kamera, Filme kannst du für 6€/Stück bei Beginn des Spaziergangs erwerben. Am Samstagnachmittag treffen wir uns wieder im Faserwerk, um unsere belichteten schwarz-weiß Filme zu entwickeln. Dabei lernen wir den chemischen Prozess kennen, durch den die Negative sichtbar gemacht werden. Im dritten Workshop am Sonntagnachmittag printen wir dann unsere eigenen Abzüge in der Dunkelkammer und bringen unsere Lieblingsmotive zu Papier. Es sind keine Vorkenntnisse nötig, für die Workshops kann sich auch individuell angemeldet werden. Für die Anmeldung schreibt eine Mail an kontakt@faserwerk.info

Samstag 25.01. 10:30-13:30h: Fotospaziergang

max. 10 Teilnehmende

Spendenempfehlung 5-10€

Anmeldung unter kontakt@faserwerk.info

Geeignete Schwarz-Weiß-Filme können vor Ort für 6€ erworben werden. Bitte eine eigene Kamera mitbringen!

Samstag 25.01. 15-17h: Workshop Filmentwicklung

max. 4 Teilnehmende

Anmeldung unter kontakt@faserwerk.info

Spendenempfehlung 10-20€

Sonntag 26.01. 15-17h und 17-19 Uhr: Workshop Papierentwicklung

max. 2 Teilnehmende pro Slot

Anmeldung unter kontakt@faserwerk.info, bitte Slotwunsch angeben!

Spendenempfehlung 15-25€

STADTKULTUR: Speisen

Jeden Mittwoch | Beginn 20:00 | Kneipe | frei | Speisen

Stadtkultur: SoKü - Die SoliKüche kocht vegan

SoKü? Was'n das? Die SoKü (SoliKüche) besteht aus mehreren Kochgruppen, die abwechselnd kochen, um gemeinsam leckeres, veganes Essen zu zaubern, was gegen Spende angeboten wird. Das Essen besteht größtenteils aus Gemüse, das nicht mehr verkauft und sonst weggeschmissen werden würde.

Die SoKü kocht immer mal mittwochs, bitte entnehmt den aktuellen Rhythmus kufa.info oder Instagram.

Das vegane Essen wird gegen Spende angeboten. Wir kochen größtenteils mit Obst und Gemüse, das nicht mehr verkauft und sonst weggeschmissen werden würde. Das Essen gibt es in der Kulturfabrik Löseke, Langer Garten 1, in der Apotheke, die ihr im 1. Stock auf der linken Seite findet.

Wir freuen uns über kochende Verstärkung.

Schreibt uns eine Mail (sokue_hildesheim@riseup.net) oder bei

Insta ([hi_sokue](https://www.instagram.com/hi_sokue)) oder quatscht uns bei der SoKü direkt an, wenn ihr mal mitmachen wollt.

Das gemeinsame Essen startet um 20 Uhr.

Wir kochen auch gerne mal woanders, z.B. bei einer coolen Veranstaltung.

Ohne Mampf kein Kampf!

Sa 18.01 | Beginn 11:00, Einlass 11:00 | 6 € | Kneipe

Speisen: Vegi-Brunch

Bedenkenlos und reichhaltig essen gehen

Da freut sich Mensch und Tier. Hinter dem Vegi-Brunch steckt ein nicht-kommerzielles Projekt, das ein klares Ziel verfolgt: Menschen, die sich aus Überzeugung fleischlos ernähren, die Möglichkeit zu geben, bedenkenlos reichhaltig essen zu gehen und gemeinsam in Kontakt zu treten. „Wir

freuen uns auch über alle, die sich normalerweise nicht vegetarisch oder vegan ernähren. Wir möchten am Beispiel unserer eigenen Ernährung unsere Beweggründe dafür durch ein schmackhaftes, abwechslungsreiches Buffet näher bringen.“

Das lässt kaum Wünsche offen. Es gibt frische, selbst gebackene Brötchen, veganes Nougat, vegane Marmelade frei von Gelatine und sogar veganes Mett. Immer im gesunden Wechsel kommen verschiedene selbst gemachte Aufstriche und Süßspeisen. Um 11 Uhr beginnt der Brunch, ab 12.15 Uhr wird warm aufgetischt. Unglaublich, aber wahr: Für schneidige sechs Euro kommt die unschlagbare Ansage: „All-you-can-eat-and-drink“ inklusive Kakao, Kaffee, verschiedene Teesorten, Wasser und Säfte.

3. Chronologische Kurzübersicht

Do | 02.01.2025 | 19:30
Workshop: Fit mit Spaß
Der Fitnesskurs mit viel Humor und Freude

Sa | 04.01.2025 | 21:00
Konzert: "Dancing with Bowie" feat. Bowieboy
Rocktrio mit einem Schuß Punk + DJ O:LEE

Mo | 06.01.2025 | 15:00
Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Gemeinsames Arbeiten, Stöbern und Kennenlernen

Di | 07.01.2025 | 17:00
Sonstiges: Infoladen
In der Projektwerkstatt

Di | 07.01.2025 | 18:30
Workshop: Capoeira
Afro-brasilianischer Percussion-Workshop und Capoeira-Training

Mi | 08.01.2025 | 20:00
Speisen: SoKü
Die SoliKüche kocht vegan

Mi | 08.01.2025 | 21:00
Konzert: ASTMA CHOIR + TEMENGGONG
Club VEB präsentiert: Math Rock + Stoner/Psychedelic/Impro

Do | 09.01.2025 | 15:00
Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Gemeinsames Arbeiten, Stöbern und Kennenlernen

Do | 09.01.2025 | 19:30
Workshop: Fit mit Spaß
Der Fitnesskurs mit viel Humor und Freude

Do | 09.01.2025 | 20:00
Stadtkultur: APO Kneipenquiz
If you don't know, now you know!

Fr | 10.01.2025 | 20:00
Comedy: Chaos Comedy Club
Präsentiert von Jochen Prang

Fr | 10.01.2025 | 23:00
Party: Let's Fetz
Indie Pop Party

Sa | 11.01.2025 | 20:00
Konzert: KUFACore: Der zweite Mensch + Sonic Skies + Bedlam Broke Loose + Medusas
Revenge

Sa | 11.01.2025 | 23:00
Party: Oblique

So | 12.01.2025 | 14:00
Party: KUFamilientag: Disco
Disco für die ganze Familie

Mo | 13.01.2025 | 15:00
Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Gemeinsames Arbeiten, Stöbern und Kennenlernen

Di | 14.01.2025 | 17:00
Sonstiges: Infoladen
In der Projektwerkstatt

Di | 14.01.2025 | 18:30
Workshop: Capoeira
Afro-brasilianischer Percussion-Workshop und Capoeira-Training

Mi | 15.01.2025 | 20:00
Speisen: SoKü
Die SoliKüche kocht vegan

Mi | 15.01.2025 | 21:00
Konzert:
Club VEB präsentiert:

Do | 16.01.2025 | 15:00
Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Gemeinsames Arbeiten, Stöbern und Kennenlernen

Do | 16.01.2025 | 19:30
Workshop: Fit mit Spaß
Der Fitnesskurs mit viel Humor und Freude

Do | 16.01.2025 | 20:00
Stadtkultur: APO Kneipenquiz
If you don't know, now you know!

Sa | 18.01.2025 | 11:00
Speisen: Vegi-Brunch
Bedenkenlos und reichhaltig essen gehen

Sa | 18.01.2025 | 23:00
Party: The Booty Shakin'
Drum'n'Bass & more

Sa | 18.01.2025 | 23:00
Party: Hilde tanzt!
Die neue Alte in der KUFA

Mo | 20.01.2025 | 15:00
Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Gemeinsames Arbeiten, Stöbern und Kennenlernen

Di | 21.01.2025 | 17:00
Sonstiges: Infoladen
In der Projektwerkstatt

Di | 21.01.2025 | 18:30
Workshop: Capoeira
Afro-brasilianischer Percussion-Workshop und Capoeira-Training

Mi | 22.01.2025 | 20:00
Speisen: SoKü
Die SoliKüche kocht vegan

Mi | 22.01.2025 | 21:00
Konzert: DISINTEGRATION + TODAY WILL BE WORSE
Club VEB präsentiert: Punk/Hardcore + Post-Hardcore/Punk

Do | 23.01.2025 | 15:00
Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Gemeinsames Arbeiten, Stöbern und Kennenlernen

Do | 23.01.2025 | 19:30
Workshop: Fit mit Spaß
Der Fitnesskurs mit viel Humor und Freude

Do | 23.01.2025 | 20:00
Stadtkultur: APO Kneipenquiz
If you don't know, now you know!

Fr | 24.01.2025 | 20:00
Konzert: JazzFabrik
Rufus D

Sa | 25.01.2025 | 10:30
Workshop: Workshop: Analoge Fotografie
Fotospaziergang, Filmentwicklung, Papierentwicklung

Sa | 25.01.2025 | 20:00
Lesung: Hildesheimslam
Es ist wieder Zeit für Hildesheims Pottpüree der Slampoet*innen!

Sa | 25.01.2025 | 23:00
Party: 90s & 2000er
Die besten & trashigsten Hits

So | 26.01.2025 | 15:00
Workshop: Workshop: Analoge Fotografie
Fotospaziergang, Filmentwicklung, Papierentwicklung

Mo | 27.01.2025 | 15:00
Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Gemeinsames Arbeiten, Stöbern und Kennenlernen

Mo | 27.01.2025 | 17:00
Stadtkultur: Antifaschistisches Café
Input – Austausch – Kuchen – in der APO

Di | 28.01.2025 | 17:00
Sonstiges: Infoladen
In der Projektwerkstatt

Di | 28.01.2025 | 18:30
Workshop: Capoeira
Afro-brasilianischer Percussion-Workshop und Capoeira-Training

Mi | 29.01.2025 | 20:00
Speisen: SoKü
Die SoliKüche kocht vegan

Mi | 29.01.2025 | 21:00
Konzert: MUNTERFEL + LUCIE
Club VEB präsentiert: Pop/Synth/Jazz/eigen + Electro/Performance

Do | 30.01.2025 | 15:00
Stadtkultur: Offenes Faserwerk
Gemeinsames Arbeiten, Stöbern und Kennenlernen

Do | 30.01.2025 | 19:30
Workshop: Fit mit Spaß
Der Fitnesskurs mit viel Humor und Freude

Do | 30.01.2025 | 20:00
Stadtkultur: APO Kneipenquiz
If you don't know, now you know!