



# Das NiL-Programm März 2026

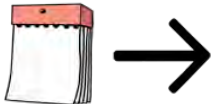
Im Programm:



Infos zum NiL und Barrieren



NiL-Angebote im März



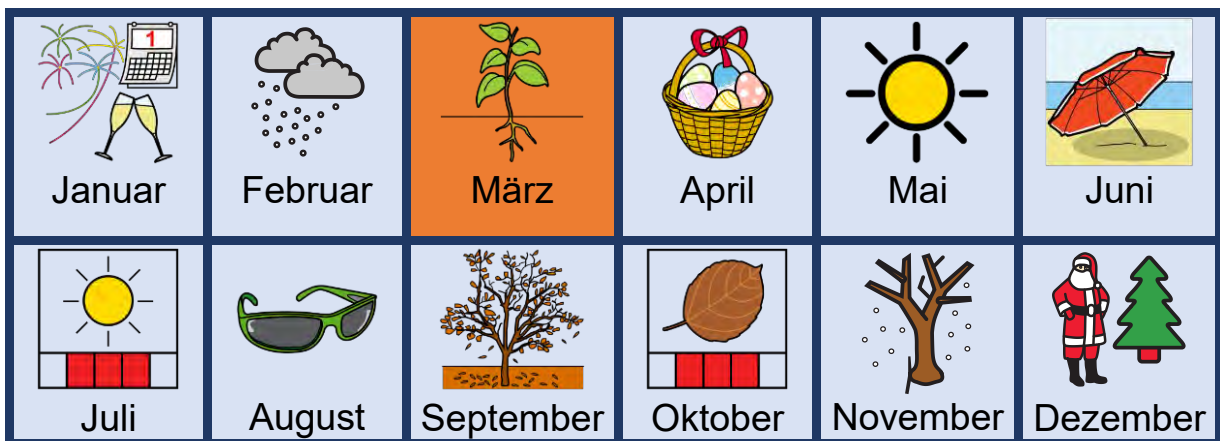
Ausblick in den April



Termine für Selbstvertretungen



Neues aus dem NiL



## Was ist das NiL?



NiL heißt: Normal in Linden.  
Im NiL gibt es Freizeit-Angebote  
für Menschen mit Behinderung  
und Menschen ohne Behinderung.

Man kann im NiL auch mithelfen.  
Das heißt: Ehrenamt.

Es gibt zum Beispiel:

- Inklusives Cafe-Team
- Inklusives Event-Team.

Das NiL-Programm ist gemacht von:  
Mitarbeitenden vom NiL.

Infos zu Barrieren im NiL findest du im Internet:

<https://normalinlinden.de/informationen-zur-barrierefreiheit/>

Im Internet sind Fotos und Maße.

## Diese Menschen arbeiten im NiL:



**Nico Walter**

nico.walter@lebenshilfe-hannover.de

0157 78 87 74 12



**Juli Franz**

juli.franz@lebenshilfe-hannover.de

0152 59 17 17 36



**Conny Flentje**

cornelia.flentje@lebenshilfe-hannover.de

0157 76 29 78 19



**Annette Schrader**

annette.schrader@lebenshilfe-hannover.de

0172 24 32 63 6



**Normal in Linden (NiL)**

nil@lebenshilfe-hannover.de

0511 89 70 79 89



Charlottenstraße 1, 30449 Hannover











# NiL-Programm im März










Sonntag	Live Music Now und Sonntags-Treff			
 <p>1. März</p>	 <p>15 bis 17 Uhr</p>		<p>Ohne Anmeldung</p>	
	<p>Es gibt Musik in der Godehard Kirche. Eine Person oder eine Band spielt Musik. Danach gibt es Kaffee und Kuchen im NiL.</p>			
		<p><b>Godehard Kirche</b> Posthornstraße 22 30449 Linden-Süd</p>		<p>nil@lebenshilfe- hannover.de</p>
<p>Im NiL ist das Cafe-Team.</p>		<p>Ab 16 Jahre</p>		<p>0511 89 70 79 89</p>















# Neue Woche



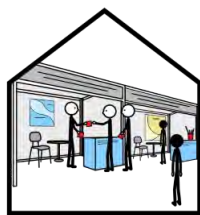





Montag		Lese-Gruppe		
 2. März	 15 bis 16 Uhr	Ohne Anmeldung		
	Wir lesen Geschichten. Die Geschichten sind in Leichter Sprache. Du musst <b>nicht</b> lesen können. Du kannst auch zuhören.			
		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe- hannover.de
Im NiL ist Tanja.		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89

Dienstag		Tanz-Gruppe „Tanz-Rebellen“		
 3. März	 17:30 bis 19 Uhr	Ohne Anmeldung		
	Alle Menschen sind willkommen! <b>17:30 bis 18 Uhr: Tänze üben</b> Wir üben Choreos. <b>Ab 18 Uhr: Frei-Tanz</b> Alle tanzen frei. Alle können sich eigene Lieder wünschen.			
		<b>Godehard Haus</b> Posthornstraße 22 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe- hannover.de
Beim Tanzen sind: Juli, Nicole und Jana		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89




Mittwoch		Offener Mittwoch		
 4. März	 16 bis 18 Uhr	Ohne Anmeldung		
	Wir machen verschiedene Sachen. Zum Beispiel: Musik hören, spielen und reden. Du musst <b>nicht</b> um 16 Uhr kommen. Du kannst auch später kommen.			
 		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Markus, Frida, Luca, Juli		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89

Donnerstag		NiL-Band		
 5. März	 17 bis 19 Uhr	Mit Anmeldung!		
	Wir machen zusammen Musik. Im NiL gibt es viele Instrumente. Du musst noch <b>kein</b> Instrument können. Wir überlegen zusammen: Wie können alle gut mitmachen?			
 		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Merle und Juli		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89

Freitag		Geschlossen		
 6. März				
	Es findet <b>kein</b> Angebot statt.			




<b>Samstag</b>	<b>Was ist sonst los? Freiwilligenbörse</b>		
 7. März	 11 bis 17 Uhr	<b>Ohne das NiL</b>	
	<p>Achtung: Wir gehen <b>nicht</b> zusammen zur Freiwilligenbörse! Das NiL stellt sich bei der Freiwilligenbörse vor. Neue Menschen können uns kennenlernen. Wir reden über Ehrenamt im NiL und bei Mudi.</p>		
	 <b>Pavillon Hannover</b> Lister Meile 4 30161 Hannover		engagiert@hannover-stadt.de
Im Pavillon sind das NiL-Team und Steffi.	 Für Alle		0511 16 84 18 25

<b>Sonntag</b>	<b>Feministischer Kampf-Tag</b> Manche sagen: Frauen-Tag		
 8. März	 15 bis 18:30 Uhr	<b>Mit Anmeldung!</b>	
	<p>Wir gehen zu einer Demo. Wir setzen uns ein für die Rechte von Flinta*-Personen. Das heißt: Rechte von Frauen* und anderen Menschen. Die Menschen beschreiben sich zum Beispiel als: inter*, nicht-binär, trans*, agender*. Du kannst im NiL fragen: Was heißen die Wörter?</p> <p>Achtung: Die Demo ist <b>nicht</b> für Cis-Männer. Cis-Mann heißt: Bei der Geburt wurde gesagt: Du bist ein Mann. Und du bist damit einverstanden. Bist du ein Cis-Mann? Dann kannst du <b>nicht</b> mitkommen.</p> <p>Brauchst du mehr Infos? Dann frag gerne im NiL nach.</p>		
	 <b>Treffpunkt:</b> 15 Uhr Küchengarten-Platz oder 14:30 Uhr NiL		nil@lebenshilfe-hannover.de
Dabei ist Juli.	 Ab 18 Jahre		0152 59 17 17 36









Sonntag	Geschlossen
 <p data-bbox="215 201 367 246">8. März</p>	
	<p data-bbox="491 257 1452 380">Der Sonntags-Treff ist geschlossen. Der Sonntags-Treff ist am 1. und 3. Sonntag im Monat. An Feiertagen ist der Sonntags-Treff immer geschlossen.</p>





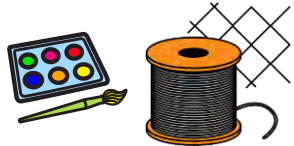
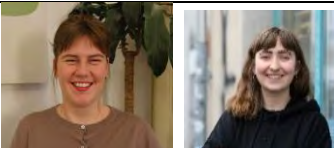




# Neue Woche









Montag		Geschlossen	
 9. März			
	Es findet <b>kein</b> Angebot statt.		










Dienstag		Tanz-Gruppe „Tanz-Rebellen“	
 10. März	 17:30 bis 19 Uhr	Ohne Anmeldung	
	Alle Menschen sind willkommen! <b>17:30 bis 18 Uhr: Tänze üben</b> Wir üben Choreos. <b>Ab 18 Uhr: Frei-Tanz</b> Alle tanzen frei. Alle können sich eigene Lieder wünschen.		
		<b>Godehard Haus</b> Posthornstraße 22 30449 Linden-Süd	 nil@lebenshilfe-hannover.de
Beim Tanzen sind: Juli, Nicole und Jana.		Ab 16 Jahre	 0511 89 70 79 89

Mittwoch		Offener Mittwoch	
 11. März	 16 bis 18 Uhr	Ohne Anmeldung	
	Wir machen verschiedene Sachen. Zum Beispiel: Musik hören, spielen und reden. Du musst <b>nicht</b> um 16 Uhr kommen. Du kannst auch später kommen.		
		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd	 nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Markus, Frida, Luca, Juli.		Ab 16 Jahre	 0511 89 70 79 89

Donnerstag		NiL-Band		
 12. März	 17 bis 19 Uhr	<b>Mit Anmeldung!</b>		
	Wir machen zusammen Musik. Im NiL gibt es viele Instrumente. Du musst noch <b>kein</b> Instrument können.			
		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Merle und Juli.		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89




Freitag		Kunst-Projekt mit Linn		
 13. März	 15:30 bis 17:30 Uhr	<b>Mit Anmeldung!</b>		
	Es gibt ein Kunst-Projekt. Wir arbeiten mit verschiedenen Materialien. Es sind 8 Treffen. Am Ende ist eine Ausstellung. Wir sind eine feste Gruppe.			
		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Linn und Juli.		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89

Samstag		DJ-Kurs (Nachhol-Termin)		
 14. März	 11 bis 18 Uhr	<b>Mit Anmeldung</b>		
	Den Kurs macht der DJ Lasse. Wir lernen: - Wie mache ich eine Musik-Liste? - Welche Technik nutzen DJs? Wir probieren selber aus.			
		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Lasse und Juli.		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89









Sonntag	Sonntags-Treff			
 <p>15. März</p>	 <p>15 bis 17 Uhr</p>			<p>Ohne Anmeldung</p>
 	<p>Im Sonntags-Treff gibt es Kaffee und Kuchen. Wir tauschen uns aus. Wir können zusammen Spiele spielen. Kaffee und Kochen sind kostenlos. Es gibt eine Spenden-Dose.</p>			
		<p><b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd</p>		<p>nil@lebenshilfe-hannover.de</p>
<p>Im NiL ist das Cafè-Team.</p>		<p>Ab 16 Jahre</p>		<p>0511 89 70 79 89</p>











# Neue Woche







Montag		Geschlossen	
 16. März			
	Es findet <b>kein</b> Angebot statt.		




Dienstag		Tanz-Gruppe „Tanz-Rebellen“	
 17. März	 17:30 bis 19 Uhr	Ohne Anmeldung	
	Alle Menschen sind willkommen! <b>17:30 bis 18 Uhr: Tänze üben</b> Wir üben Choreos. <b>Ab 18 Uhr: Frei-Tanz</b> Alle tanzen frei. Alle können sich eigene Lieder wünschen.		
	 <b>Godehard Haus</b> Posthornstraße 22 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Beim Tanzen sind: Juli, Nicole und Jana.	 Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89




Mittwoch		Offener Mittwoch	
 18. März	 16 bis 18 Uhr	Ohne Anmeldung	
	Wir machen verschiedene Sachen. Zum Beispiel: Musik hören, spielen und reden. Du musst <b>nicht</b> um 16 Uhr kommen. Du kannst auch später kommen.		
	 <b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Markus, Frida, Luca, Juli.	 Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89

Mittwoch		Technik-Sprechstunde		
 18. März	 16 bis 17 Uhr	Ohne Anmeldung		
	Brauchst du Hilfe bei deiner Technik? Technik ist zum Beispiel: - Handy - Radio. Wir helfen immer am 3. Mittwoch im Monat.			
		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Duc und Rainer.		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89

Donnerstag		NiL-Band		
 19. März	 17 bis 19 Uhr	Mit Anmeldung!		
	Wir machen zusammen Musik. Im NiL gibt es viele Instrumente. Du musst noch <b>kein</b> Instrument können.			
 		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Merle und Juli.		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89



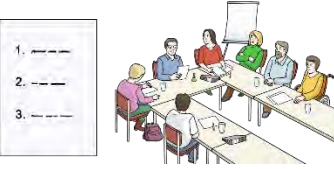





Freitag		NiL-Mobil: Freizeitheim Linden		
 20. März	 15 bis 17 Uhr	Mit Anmeldung!		
	Wir besuchen das Freizeitheim Linden. Julia Speckmann erzählt über: Angebote im Freizeitheim. Wir sprechen zusammen über Inklusion. Wie können Menschen mit Behinderung besser teilnehmen?			
		<b>Freizeitheim Linden</b> Windheimstraße 4 30451 Hannover		nil@lebenshilfe-hannover.de
Dabei ist Juli.		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89

Samstag	Geschlossen
 <p data-bbox="215 201 391 248">21. März</p>	
	<p data-bbox="494 257 965 302">Es findet <b>kein</b> Angebot statt.</p>









Sonntag	Geschlossen
 <p data-bbox="215 566 391 613">22. März</p>	
	<p data-bbox="494 622 1444 750">Der Sonntags-Treff ist geschlossen. Der Sonntags-Treff ist am 1. und 3. Sonntag im Monat. An Feiertagen ist der Sonntags-Treff immer geschlossen.</p>





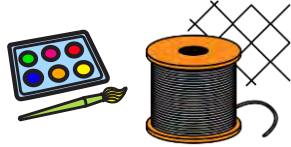





## Neue Woche

Montag		Wir planen		
 23. März	 16 bis 18 Uhr	Ohne Anmeldung		
	Wir planen zusammen Feste und Angebote. Wir überlegen: - Was wollen wir genau machen? - Wer übernimmt welche Aufgaben? Heute planen wir: - Nachbarschafts-Tag - Straßen-Fest Lust auf Linden-Süd.			
		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Nico und Juli.		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89




Dienstag		Tanz-Gruppe „Tanz-Rebellen“		
 24. März	 17:30 bis 19 Uhr	Ohne Anmeldung		
	Alle Menschen sind willkommen! <b>17:30 bis 18 Uhr: Tänze üben</b> Wir üben Choreos. <b>Ab 18 Uhr: Frei-Tanz</b> Alle tanzen frei. Alle können sich eigene Lieder wünschen.			
		<b>Godehard Haus</b> Posthornstraße 22 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Beim Tanzen sind: Juli, Nicole und Jana.		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89

Mittwoch		Offener Mittwoch		
 25. März	 16 bis 18 Uhr	Ohne Anmeldung		
	Heute machen wir Waffeln. Die Waffeln sind ohne tierische Produkte (vegan). Du musst <b>nicht</b> um 16 Uhr kommen. Du kannst auch später kommen.			
		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Markus, Frida, Luca, Juli		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89

Donnerstag		NiL-Band		
 26. März	 17 bis 19 Uhr	Mit Anmeldung!		
	Wir machen zusammen Musik. Im NiL gibt es viele Instrumente. Du musst noch <b>kein</b> Instrument können.			
		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Merle und Juli		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89




Freitag		Kunst-Projekt mit Linn		
 27. März	 15:30 bis 17:30 Uhr	Mit Anmeldung!		
	Es gibt ein Kunst-Projekt. Wir arbeiten mit verschiedenen Materialien. Es sind 8 Treffen. Am Ende ist eine Ausstellung. Wir sind eine feste Gruppe.			
		<b>Normal in Linden</b> Charlottenstraße 1 30449 Linden-Süd		nil@lebenshilfe-hannover.de
Im NiL sind: Linn und Juli.		Ab 16 Jahre		0511 89 70 79 89




<b>Samstag</b>		<b>Was ist sonst los? Heim-Spiel: Rollstuhl-Basketball</b>		
 28. März	 18 Uhr	<b>Ohne das NiL</b>		
	<p><b>Achtung:</b> Wir gehen <b>nicht</b> zusammen zum Heim-Spiel. Du kannst alleine oder mit anderen dahin gehen. Hannover United spielt gegen: Rhine River Rhinos Wiesbaden. Der Eintritt ist mit B-Ausweis ermäßigt. Assistenzen kommen kostenlos rein.</p>			
		<b>Sporthalle Sophienschule</b> Lüerstraße 18 30175 Hannover		info@hannover- united.de
In der Sporthalle sind Menschen vom Sport-Verein.		Für Alle		0511 44 98 54 21

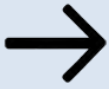
<b>Sonntag</b>		<b>Geschlossen</b>		
 29. März				
	<p>Der Sonntags-Treff ist geschlossen. Der Sonntags-Treff ist am 1. und 3. Sonntag im Monat. An Feiertagen ist der Sonntags-Treff immer geschlossen.</p>			



## Neue Woche

Montag	Geschlossen
 30. März	
	Es findet <b>kein</b> Angebot statt.

Dienstag	Tanz-Gruppe „Tanz-Rebellen“ fällt aus
 31. März	
	Wir machen Urlaub. Die Tanz-Gruppe fällt aus am: <ul style="list-style-type: none"><li>- Dienstag, 31. März</li><li>- Dienstag, 7. April</li></ul> Wir starten wieder am Dienstag, den 14. April.



## Ausblick: April



### Sonntags-Treff

Der Sonntags-Treff fällt am 5. April aus.  
Am 5. April ist Oster-Sonntag und Feiertag.  
Im April ist ein Sonntags-Treff am 19. April.



### Offener Mittwoch

Wir machen Urlaub.  
Das Angebot fällt aus am:

- Mittwoch, 1. April
- Mittwoch, 8. April.



### Tanz-Gruppe

Wir machen Urlaub.  
Das Angebot fällt aus am:

- Dienstag, 31. März
- Dienstag, 7. April



### Party „Zusammen laut feiern“

- Freitag, 17. April
- 18 bis 21 Uhr
- Ort: Godehard Haus



### Großes Treffen

- Samstag, 18. April
- 11 bis 13:30 Uhr
- Ort: NiL



### DJ-Party

- Samstag, 25. April
- 18 bis 21 Uhr
- Ort: NiL



### Wir planen:

### Schützen-Umzug und Fährmannsfest

- Montag, 27. April
- 16 bis 18 Uhr
- Ort: NiL



# Termine für Selbstvertretungen im März

Die Termine sind für Selbstvertretungen von der Lebenshilfe Hannover.

Diese Menschen arbeiten im Projekt „Mitbestimmungshilfe“:



**Jana Rodenbeck**

[jana.rodenbeck@lebenshilfe-hannover.de](mailto:jana.rodenbeck@lebenshilfe-hannover.de)



0173 20 34 53 3






**Nico Walter**

[nico.walter@lebenshilfe-hannover.de](mailto:nico.walter@lebenshilfe-hannover.de)



0157 78 87 74 12

Donnerstag		Inklusions-sitzung		
 26. März	 16:30 bis 19:30 Uhr	<b>Mit Anmeldung</b>		
	Wir arbeiten zusammen zum Thema Mitbestimmung. Verschiedene Personen treffen sich:			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inklusionsbeauftragte</li> <li>- Wohnvertretungen</li> <li>- Ansprechpersonen der Lebenshilfe Hannover</li> </ul>			
Der Termin ist nur für Beauftragte der Lebenshilfe Hannover.		<b>Tafö Aula</b> Büttnerstraße 8 30165 Hannover		Ansprechperson: Jana Rodenbeck

Samstag	Kein Vortreffen
	
	Im März findet <b>kein</b> Vortreffen statt.



## Neues aus dem NiL



### Neues NiL-Programm

Dir ist bestimmt aufgefallen:

Das Programm sieht anders aus.

Wir haben uns viele Gedanken gemacht.

Das NiL-Programm soll interessanter sein.

Und mehr Infos über den nächsten Monat haben.

Wie findest du das Programm?

Wir freuen uns auf deine Rückmeldung!



### Sonntags-Treff

Im Standort Charlottenstraße von der Lebenshilfe Hannover arbeiten seit Januar weniger Menschen.

Daher gibt es Veränderungen:

Der Sonntags-Treff ist ab Februar

nur noch am 1. und 3. Sonntag im Monat.



### Infos aus dem Großen Treffen

Wir haben neue Beauftragte für Inklusion gewählt:

Celina, Sascha und Leonie.

Wir haben abgestimmt über Partys.

Alle wollen wieder mehr Volle Lotte Partys machen.

Und dafür weniger woanders mithelfen.

Wir haben Ideen für einen Stadt-Ausflug gesammelt.

Im April machen wir die Abstimmung über die Stadt.

Das nächste Große Treffen ist am: 18. April.





## Rückblick „Echt mein Recht“

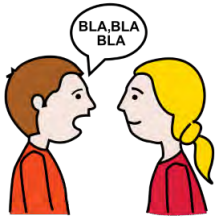
Wir waren bei einer Ausstellung.

Die Themen sind zum Beispiel:

- Sexualität
- Beziehung
- Grenzen

Die Ausstellung ist in Leichter Sprache.

Es gibt viele Bilder und Material.



Das sagen die Besuchenden:

Die Ausstellung war toll und interessant.

Das Thema ist wichtig.

Wir wollen mehr über Sexualität sprechen.

Das Thema muss **nicht** peinlich sein.

Manche Infos haben gefehlt.

Zum Beispiel:



Die Verhütungs·mittel von Frauen sollen auch bei Männern gezeigt werden.

Alle sollen alle Verhütungs·mittel kennen.

In der Ausstellung geht es viel um Männer und Frauen.

Wir haben gelernt:

Viele Menschen erkennen wir als Mann oder Frau.

Aber sie fühlen sich **nicht** so.

Man kann das Geschlecht von außen **nicht** sehen.



Es ging auch um Gefühle.

Wir konnten ausprobieren:

So fühlen sich schwere Gefühle an.

So fühlen sich leichte Gefühle an.

Wir haben leichte und schwere Jacken angezogen.





## Hinweis zum NiL-Programm



### Wer prüft das NiL-Programm?

Das NiL-Programm ist geprüft von:

- Inklusive Schreibwerkstatt - Büro für Leichte Sprache der Lebenshilfe Hannover
- und von Besuchenden vom NiL.

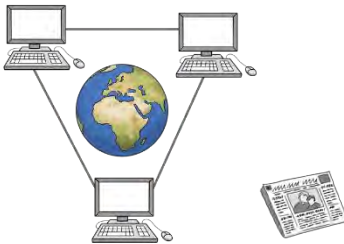


### Wo ist das NiL-Programm?

Das neue NiL-Programm ist ab dem 20. März fertig.

Hier findest du das Programm:

- im Kasten draußen am Fenster vom NiL
- im NiL im Prospekte-Halter
- ab Ende März auf der Internet-Seite vom NiL.



### Das NiL im Internet

Das ist die Internet-Seite vom NiL:

<https://normalinlinden.de>

Hier ist das NiL-Programm im Internet:

<https://normalinlinden.de/aktuelles-nil-programm/>



### Barrieren im NiL

Infos zu Barrieren im NiL findest du im Internet:

<https://normalinlinden.de/informationen-zur-barrierefreiheit/>

Im Internet sind Fotos und Maße.

Hast du noch mehr Fragen?

Dann melde dich gerne bei uns!



Wir freuen uns auf dich!