

# Es ist angerichtet!

In Leichter Sprache



In Zusammenarbeit mit der

## **Herzlich Willkommen in unserer neuen Ausstellung.**

Die Ausstellung heißt „Es ist angerichtet“.



Zu dieser Ausstellung geben wir Ihnen am Anfang die Info:

**Die Ausstellung ist ein Aufschrei.**

### **Warum ein Aufschrei?**

#### **Was ist passiert?**

Vor der Ausstellung gab es im Museum einen Einbruch.

Das war in der Nacht vom 29. Oktober zum 30. Oktober 2023.

Die Einbrecher haben 3 sehr wertvolle Dinge aus der China-Sammlung gestohlen.

Was haben sie gestohlen?

- 2 Kerzen-leuchter  
Die Kerzen-leuchter sind mehr als 250 Jahre alt.  
Sie gehörten damals zu einem Tempel in der Nähe von der Stadt Peking in China.
- 1 sehr schön verzierter Topf  
Der Topf ist mehr als 450 Jahre alt.  
Auch der Topf kam aus China.

**Keiner** weiß:

- Wer waren die Einbrecher?
- Und wo sind die gestohlenen Dinge?

Aber wir wissen genau:

Das waren Profis.

Und sie hatten den Auftrag, diese Dinge zu stehlen.

## **Und warum ist die Ausstellung ein Aufschrei?**

Die gestohlenen Dinge gehörten **nicht** zu dieser Ausstellung.

Trotzdem hat der Einbruch mit dieser Ausstellung zu tun.

Warum?

Wir wissen jetzt nämlich:

Wir müssen unsere Ausstellungen noch besser schützen.

Dafür brauchen wir einen neuen Sicherheitsplan.

Der neue Plan braucht aber Zeit.

Und die Zeit haben wir **nicht**.

Denn wir wollen Ihnen unsere Ausstellung sofort zeigen.

Und es kostet sehr viel Geld.

Und so viel Geld haben wir leider **nicht**.

Darum mussten wir für diese Ausstellung einige Dinge neu planen.

Zum Beispiel wollten wir Ihnen eigentlich

das Silbergeschirr des Fürsten zeigen.

Das Silbergeschirr gehört zur Geschichte von der Stadt Hildesheim.

Das Silbergeschirr können wir jetzt aber leider **nicht** mehr zeigen.

Wir können es leider **nicht** genug schützen.

Darum können wir Ihnen nur ein Foto von dem Geschirr zeigen.

Und auch von anderen Dingen können wir Ihnen nur Fotos zeigen.

Das finden wir sehr traurig.

Trotzdem sehen Sie in der Ausstellung noch sehr viele Dinge.  
Das Essen steht weiterhin im Mittelpunkt.  
Und wir möchten gern mit Ihnen ins Gespräch kommen.  
Vielleicht erzählen Sie uns von Ihren Erinnerungen zum Thema Essen.

Aber wir müssen auch darüber nachdenken:

Wie planen wir Kunst und Kultur in diesen Zeiten?

Wie schützen wir unsere Kunst?

Wie viel Geld will unsere Gesellschaft für Kunst und Kultur ausgeben?

Darum ist die Ausstellung auch ein Aufschrei.

Die Ausstellung soll zeigen:

Wir müssen über diese Fragen nachdenken und sprechen.

# Es ist angerichtet!

Das bedeutet: Das Essen ist fertig!



Mit dieser Ausstellung reisen wir durch die Zeit.

Und wir reisen um die Welt.

Dabei beschäftigen wir uns mit dem Essen.

Das Essen ist auf der ganzen Welt wichtig.

Und das Essen ist für das Zusammen·leben der Menschen wichtig.

Das ist heute so.

Und das war auch so in der Vergangenheit.

## Warum ist das so?

Menschen kochen zum Beispiel gemeinsam.

Dann kommen sie zum Essen zusammen.

Menschen verbringen Zeit miteinander.

Beim Essen sprechen sie über ihren Alltag.

Sie klären vielleicht auch einen Streit.

Oder sie planen wichtige Dinge.

Das alles ist wichtig für das Zusammen·leben.

Für uns ist es heute ganz selbst-verständlich, wie unser Essen abläuft.  
Aber das war **nicht** immer so.

Mit den Jahren hat sich verändert, **was** wir essen.

Und es hat sich verändert, **wie** wir essen.

Wir haben neue Länder kennengelernt.

Und wir haben die Nahrungs-mittel aus den Ländern kennen-gelernt.

Wie spannend!

# Was sehen Sie in der Ausstellung?

## Alltägliche Dinge oder Zeichen von Reichtum?

Viele Dinge in der Ausstellung sind da, um Essen zu machen.

Oder sie gehören zum Geschirr auf einem Tisch.

Das sind Dinge aus dem Alltag.

Für uns sind diese Dinge ganz normal.

Manchmal bedeuten diese Dinge aber auch mehr.

Sie können auch ein Zeichen sein für Reichtum.

Zum Beispiel:

Sie benutzen zu Hause Messer und Gabel aus Metall.

Andere Menschen benutzen vielleicht Messer und Gabel aus Silber.

Dann zeigt das:

Diese Menschen sind reich.

Diese Zeichen für Reichtum gibt es in allen Zeiten und an allen Orten.

Das wollen wir in der Ausstellung genauer ansehen.

## Neue Nahrungs·mittel aus aller Welt

Wir kennen heute viele verschiedene Nahrungs·mittel und Gewürze.

Aber das war **nicht** immer so.

Viele Nahrungs·mittel und Gewürze kommen aus anderen Ländern.

Händler schickten damals Schiffe in ferne Länder.

Die Schiffe sollten fremde Nahrungs·mittel und Gewürze nach Europa bringen.

Manchmal hatten die Menschen in Europa zuerst Angst vor dem neuen Essen.

Sie kannten das nämlich noch **nicht**.

Auch wir wissen heute manchmal bei fremden Gewürzen **nicht**:

- Was kann ich damit kochen?
- Wie schmeckt das wohl?

Nach und nach gab es für unser Essen immer mehr neue Zutaten.

Und unser Essen wurde immer leckerer.

Wir laden Sie ein auf unsere Reise.

Stellen Sie sich vor:

Sie sitzen mit uns am Tisch.

Gemeinsam entdecken wir das Essen auf der ganzen Welt.

Wir reisen in dieser Ausstellung gemeinsam um die Welt.

Und wir erfahren:

Wie wird in anderen Ländern gefischt, gekocht und gegessen?

Und wo kommt unser Essen her?

Viel Spaß!



# Vor dem Essen kommt der Gast



Herzlich willkommen!  
Wir freuen uns über Sie.  
Bitte setzen Sie sich an einen Tisch.  
Wo möchten Sie sitzen?  
Das entscheiden Sie.

An dem Tisch können Sie miteinander ins Gespräch kommen.  
Vielleicht ein Gespräch über das Essen.  
Manchmal ist ein gutes Gespräch wie ein gutes Essen.  
Für beides braucht man gute Ideen und gute Zutaten.

## **Wir haben Zutaten für Ihr Gespräch**

Wir haben für Sie auf den Tischen ein paar Ideen vorbereitet.  
Alles hat mit Essen zu tun.  
Sie finden **Fotos** und andere **Bilder**.  
Zum Beispiel ein Foto von Plastik-müll.  
Was hat das mit unserem Essen zu tun?  
Haben Sie eine Idee?

Sie finden auch **Wörter**, über die Sie sprechen können.  
Zum Beispiel: gesundes Essen.

Was ist für mich gesundes Essen?

Ernähre ich mich gesund?

Auf den Tischen finden Sie auch **Kästen aus Glas**.  
Schauen Sie sich diese Kästen doch mal genau an.

Was sehen Sie?

Was hat das mit Essen zu tun?

Und haben Sie auch in die **Schubladen** gesehen?

Was finden Sie dort?

### **Jeder Tisch ist anders**

Ein Tisch beschäftigt sich besonders mit der Umweltverschmutzung.

Wir können uns zum Beispiel fragen:

- Verschmutze ich die Umwelt mit meinen Nahrungsmitteln?
- Vielleicht durch viel Müll von fertigem Essen?

Ein anderer Tisch beschäftigt sich besonders mit dem Klima.

Wir können uns zum Beispiel fragen:

- Sind meine Nahrungsmittel schlecht für das Klima?
- Vielleicht durch lange Lieferwege?

Wir wünschen Ihnen interessante Gedanken.

Und wir wünschen Ihnen gute Gespräche.

# Vor dem Essen kommt die Nahrung



2

Wie bekommen die Menschen Nahrung?

Natürlich gibt es die Landwirtschaft.

Bauern pflanzen zum Beispiel Getreide an.

Aber sehr wichtig sind auch die Jagd und der Fischfang.

In der Nähe von großen Meeren essen die Menschen hauptsächlich Fisch, andere Tiere und Pflanzen aus dem Meer.

Ein großes Meer ist zum Beispiel der Pazifische Ozean.

Der Pazifische Ozean liegt zwischen Amerika und Asien.

Im Pazifischen Ozean gibt es sehr viele kleine Inseln.

Schauen wir uns die Menschen an,

die auf den Inseln im Pazifischen Ozean leben.

Vor langer Zeit sind die Menschen dort mit Schiffen angekommen.

Und sie haben auf den kleinen Inseln ihre Häuser gebaut.

Bis heute leben sie auf den Inseln und kennen das Meer sehr gut.

Und bis heute leben sie vom Fischfang.

Schauen wir uns die Menschen in Alaska an.

Alaska ist ganz im Norden von Amerika.

Die Menschen dort leben von Walen, von Robben und von Fischen.

Auch in Südamerika fangen die Menschen bis heute viel Fisch.

In der Südsee und in Südamerika kommt die meiste Nahrung  
also vom Fischfang.

Aber es gibt in der Südsee und in Südamerika auch Landwirtschaft.

## Vor dem Essen kommt der Handel



3

Vor mehr als 500 Jahren wollten die Menschen wissen:

- Welche Nahrungs-mittel gibt es außerhalb von Europa?
- Welche Gewürze gibt es außerhalb von Europa?

Besonders gern wollten die Menschen die Gewürze Zimt, Pfeffer und Nelken haben.

Doch wie kamen die fremden Gewürze nach Europa?

Seefahrer fuhren mit großen Schiffen in die weite Welt.

### **Wichtig:**

Heute kennen wir die ganze Welt.

Früher war das aber anders.

Die Menschen kannten nur die Länder in ihrer Umgebung.

Mit der Zeit lernten sie auch weit entfernte Länder kennen.

Das war immer sehr aufregend und konnte auch gefährlich sein.

Man wusste nämlich **nicht**:

Was passiert auf der langen Reise?

Und was passiert in dem neuen Land?

Ein sehr bekannter Seefahrer war Christoph Kolumbus.  
Kolumbus wollte einen neuen Weg mit dem Schiff nach China finden.  
Vor mehr als 500 Jahren kam er in einem fernen Land an.  
In Europa war dieses Land noch **nicht** bekannt.  
Kolumbus dachte:  
    Das ist China.  
Das stimmte aber **nicht**.  
Er war in einem anderen Land angekommen.  
Dieses Land nannte man später Amerika.

### **Kolumbus hat Amerika entdeckt. Stimmt das?**

**Nein**, das stimmt so **nicht**.

Amerika war schon seit langer Zeit bewohnt.  
Menschen hatten dieses Land also schon entdeckt.  
Nur die Menschen aus Europa kannten dieses Land noch **nicht**.

### **Europa und die Eroberung von Amerika**

Es begann eine schlimme Zeit für die Menschen in Amerika.  
Denn die Menschen aus Europa eroberten Amerika.  
Die Europäer fühlten sich besser als die Menschen in Amerika.

Das passierte **nicht** nur in Amerika.  
Viele Menschen aus Europa haben andere Länder unterworfen.  
Diese Länder konnten sich gegen die Menschen aus Europa **nicht** wehren.  
Diese Länder nannte man: Kolonien.

Das bedeutet:

    Menschen aus Europa herrschten in den Kolonien.

    Eine Kolonie gehört zu einem anderen Land.

    Eine Kolonie ist **kein** eigenes Land.

    Die Europäer haben die Kolonien  
    und die Menschen in den Kolonien ausgebeutet.

Viele Kolonien von früher sind immer noch sehr arm.  
Und es gibt dort große Ungerechtigkeit.

## Vor dem Essen kommt das Geschirr



Für uns ist vieles rund um das Essen ganz normal.  
Wir setzen uns zum Essen an den Tisch.  
Wir haben Geschirr aus Porzellan.  
Wir essen mit Messer und Gabel.

Aber machen das alle Menschen auf der Welt so?  
**Nein**, das ist **nicht** überall so.

### **Essen am Tisch?**

An manchen Orten sitzen die Menschen beim Essen auf dem Boden.  
Ihre Schüsseln stellen sie auf eine Matte.

### **Geschirr aus Porzellan?**

An manchen Orten sind Schüsseln aus einem Kürbis  
oder aus einer Kokos-nuss.

Warum ist das so?

Menschen nutzen die Dinge, die sie zu Hause haben.

Zum Beispiel einen Kürbis oder eine Kokos-nuss.

Oft hängt das auch von der Lebensweise der Menschen ab.

Zum Beispiel:

Manche Menschen in fremden Ländern ziehen von Ort zu Ort.

Sie haben **keinen** festen Wohnort.

Diese Menschen nennt man Nomaden.

Nomaden benutzen selten Geschirr aus Porzellan.

Geschirr aus Porzellan ist nämlich zu schwer für unterwegs.

Und Geschirr aus Porzellan kann leicht zerbrechen.

### **Essen mit Messer und Gabel?**

**Nicht** alle Menschen essen mit Messer und Gabel.

Bei manchen Menschen auf der Welt sind Stäbchen normal.

Oder sie essen mit den Fingern.

Aber fast überall auf der Welt gibt es Löffel.

Das ist bei den meisten Menschen gleich.



## Vor dem Essen kommt das Handwerk



5

Wir haben Geschirr aus Porzellan.

Das ist für uns heute ganz normal.

Früher kam das Porzellan nur aus China.

Darum war Porzellan für die Menschen in Europa sehr wertvoll.

Sie nannten Porzellan deshalb auch: das weiße Gold.

Porzellan konnten sich nur sehr reiche Menschen leisten.

Zum Beispiel Kaiser und Könige.

In China hat die Herstellung von Porzellan eine lange Geschichte.

Schon vor etwa 2.000 Jahren konnten die Chinesen Porzellan herstellen.

Und vor etwa 1.000 Jahren gab es die ersten Porzellan-Fabriken in China.

Nach und nach wurden die Fabriken größer.

Darum konnte sehr viel Porzellan hergestellt werden.

China verkaufte sein Porzellan ins Ausland.

Es wurde zum Beispiel extra Porzellan für Europa hergestellt.

In Europa konnte damals nämlich noch **kein** Porzellan hergestellt werden.

## **Was ist mit dem Wert von Porzellan passiert?**

Der Wert von Porzellan hat sich mit der Zeit verändert.

Früher war Porzellan sehr wertvoll.

Doch nach und nach wurde immer mehr Porzellan hergestellt.

Vor etwa 300 Jahren konnte man auch in Europa Porzellan herstellen.

Es gab nun auch Fabriken in Europa.

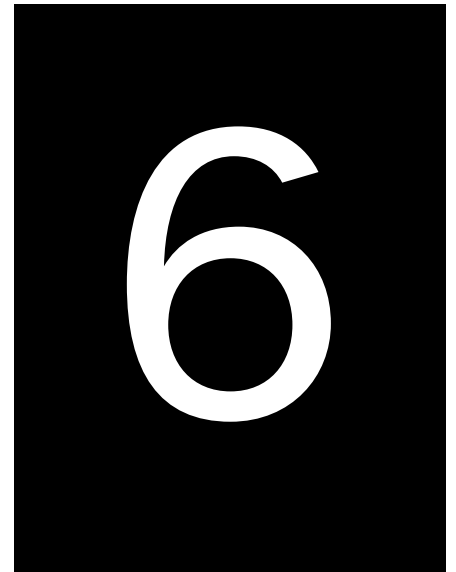
Porzellan gab es dadurch in Europa in großen Mengen.

Darum war Porzellan nun **nicht** mehr so wertvoll.

Porzellan wurde ein Gegenstand für den Alltag.

So ist es auch heute für uns.

## Vor dem Essen kommt der Ort



Vor etwa 150 Jahren wollten Soldaten in der Nähe von Hildesheim einen militärischen Schießplatz bauen.

Dafür mussten sie graben.

Und dabei fanden sie zufällig etwas ganz Besonderes: ein wertvolles Geschirr aus Silber von den alten Römern.

Es stammt etwa aus der Zeit, als Jesus geboren wurde.

### **Wie haben die Menschen dieses Geschirr damals wohl genutzt?**

Eine Möglichkeit ist:

Es war das Geschirr von reichen Römern.

Dann strahlte das Silber wunderschön bei Festessen.

Doch ein Festessen im alten Rom war anders als unser Essen heute.

Die Menschen lagen entspannt auf weichen Liegen.

Es gab aber **keinen** gedeckten Tisch.

Diener trugen das Essen in Schalen und auf großen Tellern herein.

Und sie gaben den Römern das Essen auf der Liege.

Die Menschen haben das Essen dann mit den Fingern gegessen.

Eine andere Möglichkeit ist:

Es war das Geschirr von einem römischen Hauptmann im Krieg.

Der Hauptmann lebte während des Krieges in einem Zelt.

Das Zelt war meistens sehr groß.

Und dort hatte der Hauptmann vielleicht  
dieses wertvolle Geschirr aus Silber.

Das sind 2 Möglichkeiten für die Nutzung von dem Geschirr.

Wir wissen **nicht** genau, wie es wirklich war.

Später haben Menschen das Silber-geschirr nachgemacht.

Das war vor etwa 150 Jahren.

Das nachgemachte Geschirr gab den Menschen das Gefühl:

Wir sind reich.

Wir sind modern.

Manche Menschen in Hildesheim kennen vielleicht  
die silberne Schale zu Ostern.

In die Schale kommen bunt gefärbte Oster-eier.

Diese Schale ist gemacht

wie eine Schale aus dem berühmten Silber-geschirr.

## Vor dem Essen kommt der gedeckte Tisch



Sie sehen hier einen sehr schön gedeckten Tisch.  
Das ist der festliche Tisch  
vom Fürst-bischof Friedrich Wilhelm von Westfalen.  
So hat der Tisch im Jahr 1763 ausgesehen.  
Das ist vor fast 300 Jahren.

Das Geschirr aus Silber ist sehr wertvoll.  
So zeigte Friedrich Wilhelm von Westfalen seinen Gästen:  
Ich bin sehr reich.  
Und ich bin sehr wichtig.

Es ist das größte Geschirr aus dieser Zeit.  
Zu diesem Geschirr gehören zum Beispiel:

- 144 Teller
- 48 Platten
- 16 Schüsseln
- Zucker-streuer
- Kerzen-ständer

Was sehen Sie noch auf dem Tisch?

## **Hat dieser Tisch etwas mit uns heute zu tun?**

Auf jeden Fall.

Auch heute gibt es Essen zu einem besonderen Anlass.

Zum Beispiel bei einer Hochzeit oder zu Weihnachten.

Und auch heute nehmen wir dafür oft ein besonderes Geschirr.

Manchmal haben wir dafür auch ein besonderes Besteck.

Wir nehmen eine gute Tisch-decke und schmücken den Tisch.

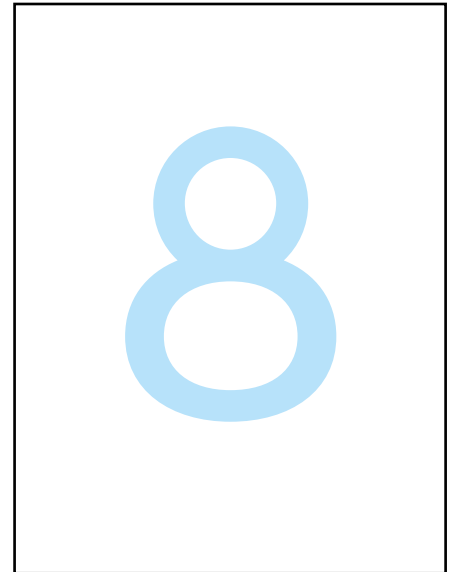
Auch besondere Regeln am Tisch haben wir immer noch.

Zum Beispiel wünschen wir uns „Guten Appetit“.

Und wir beginnen erst mit dem Essen,

wenn alle ihr Essen auf dem Teller haben.

## Vor dem Essen kommt die Erinnerung



Sie sehen hier eine Küche von einer einfachen Arbeiter-familie.  
So sah die Küche bei uns vor etwa 100 Jahren aus.  
Und auch vor etwa 50 Jahren.

Bei manchen Menschen weckt so eine Küche Erinnerungen.

Erinnerung zum Beispiel an die Küche von Oma.

Erinnerung an den Geruch von Omas Apfel-kuchen.

Erinnerung an die warme Küche von Oma im kalten Winter.

Haben Sie auch solche Erinnerungen?

Oder kennen Sie solche Erinnerungen von Ihren Eltern und Großeltern?

Damals setzte sich die Familie am Küchentisch zusammen.

Sie sprachen über den Alltag, über schöne Dinge und über Sorgen.

Und hier kochten die Menschen mit Zutaten aus ihrer Umgebung.

Mit der Zeit hat sich das verändert.

Viele Zutaten kommen heute von weit her.

Darum sind sie oft **nicht** mehr frisch.

Und die Zutaten sind oft sehr stark verpackt.

---

Viele Menschen kochen gar **nicht** mehr.  
Es gibt viel fertiges Essen zu kaufen.  
Oder man kann ganz einfach Essen bestellen.

Das ist praktisch.  
Aber es ist **nicht** so gesund.  
Und den Menschen fehlt vielleicht das Zusammen-sein beim Kochen.

In der letzten Zeit verändert sich darum die Einstellung zum Essen.  
Wir erkennen wieder den Wert vom Selber-kochen.  
Wir wissen:

Das ist viel gesünder als fertiges Essen.

Wir achten mehr darauf:

- Welche Nahrungs-mittel kommen aus unserer Umgebung?  
Die Nahrungs-mittel haben dann **keine** weiten Liefer-wege.  
Dann sind die Nahrungs-mittel frisch.  
Und kurze Liefer-wege sind gut für die Umwelt.
  - Welche Nahrungs-mittel gibt es in dieser Jahres-zeit?  
Dann muss man **keine** Nahrungs-mittel in Dosen kaufen.  
Und man muss **keine** eingefrorenen Nahrungs-mittel kaufen.
-



## **Fällt Ihnen was auf?**

Wir haben gesehen:

Vor sehr langer Zeit haben die Menschen das gegessen,  
was es bei ihnen gab.

Sie haben im Sommer das Sommer-gemüse gegessen.

Und sie haben im Winter das Winter-gemüse gegessen.

Dann wurden die Menschen neugierig auf fremde Nahrungs-mittel.

Dafür reisten sie um die ganze Welt.

Nahrungs-mittel hatten plötzlich lange Wege hinter sich.

Nahrungs-mittel mussten dafür haltbar gemacht werden.

Sie kamen in Dosen.

Oder sie wurden eingefroren.

Jetzt können die Menschen zu jeder Zeit alles essen, was sie wollten.

Manche Menschen haben wenig Lust zu kochen.

Vielleicht haben sie auch wenig Zeit dafür.

Also gibt es fertiges Essen.

## **Und was erkennen wir in letzter Zeit?**

Wir sehen:

Das ist alles praktisch.

Aber wir finden auch Vieles daran schlecht.

Uns fehlt das Miteinander beim Kochen und beim Essen.

Das fertige Essen ist **nicht** gesund.

Manche Menschen bekommen davon sogar Krankheiten.

Und wir machen mit der Verpackung viel Müll.

Das ist schlecht für die Umwelt.

Und auch die langen Liefer-wege sind schlecht für die Umwelt.

## **Wir denken neu.**

Gehen wir vielleicht wieder einen Schritt zurück?

Wie sehen Sie das?

## Vor dem Essen kommt die Tradition



9

Fast überall auf der Welt beginnt ein Essen mit einer Tradition.

Oft hat die Tradition mit der Religion zu tun.

Zum Beispiel gehörte in christlichen Ländern früher ein Gebet vor dem Essen dazu.

Viele Menschen beten auch heute noch vor dem Essen.

Und in der ganzen Welt wünscht man sich vor dem Essen einen guten Appetit.

In anderen Gegenden der Welt gibt es andere Traditionen.

In Südamerika gibt es zum Beispiel seit mehr als 1.000 Jahren diese Tradition:

Es gibt einen besonderen Becher.

In den Becher füllen die Menschen ein besonderes Getränk aus Mais.

Sie gießen ein paar Tropfen von dem Getränk auf den Boden.

Damit ehren sie ihre Götter.

Wie ist das bei Ihnen?

Wie beginnen Sie Ihr Essen?

## Vor dem Essen kommt das Feuer



Vor sehr langer Zeit lernten die Menschen, das Feuer zu nutzen.

Das bedeutet:

Menschen konnten selbst Feuer machen.

Menschen konnten Feuer eingrenzen, zum Beispiel ein Lagerfeuer.

Menschen konnten das Feuer wieder löschen.

Die Menschen lernten das vor mehr als einer Million Jahren.

Das Feuer änderte das Essen.

Die Menschen mussten Fleisch jetzt **nicht** mehr roh essen.

Und die Menschen konnten warme Speisen essen.

Aber das Feuer änderte auch das Miteinander der Menschen.

Sie verbrachten jetzt mehr Zeit miteinander.

Rohes Essen konnte man schnell essen.

Kochen oder Braten brauchte aber Zeit.

Die Menschen versammelten sich um das Feuer.

Feuer gibt nämlich Wärme.

Und Feuer gibt Sicherheit.

Am Feuer unterhielten sich die Menschen.

Das stärkte das Miteinander.

Im Mittelalter hatten die Menschen in ihrem Haus eine Feuer-stelle.

Dann kam der Kohle-herd.

Später kam der Gas-herd oder der Elektro-herd.

Es wurde immer moderner.

Aber eines ist in all den Jahren gleich geblieben:

Am Feuer treffen sich alle Menschen gern.

Und auch heute treffen sich Menschen gern in der Küche  
oder beim Grillen.

**Mit freundlicher Unterstützung von**



Übersetzt und geprüft durch das Büro für  
Leichte Sprache der Lebenshilfe Peine-Burgdorf



**Freundeskreis**  
Ägyptisches Museum  
Wilhelm Pelizaeus Hildesheim e.V.