



Ingelheim
am Rhein

 Stabsstelle für Vielfalt
und Chancengleichheit

Die Bunte Stunde

Ein Einblick in Ingelheims Vielfalt der
Nationalitäten, Kulturen und Individuen.





Die Bunte Stunde 2026

Die Ingelheimerinnen und Ingelheimer bringen ganz unterschiedliche Wurzeln, Erfahrungen und Geschichten in die Stadtgesellschaft ein. Sie alle prägen das Bild der Stadt maßgeblich mit und machen Ingelheim zu einer bunten, vielfältigen und internationalen Stadt.

Ein Einblick in Ingelheims Vielfalt der Nationalitäten, Kulturen und Individuen ermöglicht die Reihe „Die Bunte Stunde“. Einmal im Monat stellt eine Ingelheimerin oder ein Ingelheimer ihr/sein Herkunftsland vor und macht es anhand von Bildern, Filmen, Literatur, Musik oder kleinen kulinari-

schen Kostproben für die Teilnehmer erlebbar. Sie zeigen, wie sie die Herkunfts kultur und die Kultur der neuen Heimat Deutschland miteinander verbinden.

Das Migrations- und Integrations- Büro in der Stabsstelle für Vielfalt

und Chancengleichheit der Stadt Ingelheim und die Volkshochschule im Weiterbildungszentrum laden alle Interessierten recht herzlich zu diesen geselligen Abenden immer um 19:00 Uhr in den Kleinen Saal des Weiterbildungszentrums, Fridtjof-Nansen-Platz 3 in Ingelheim ein.

08. Januar – Amerika

Der American Dream steht für Chancen, Leistung und den Mut, neu anzufangen. Um Studium und Leistungssport zu verbinden, habe ich meine Komfortzone verlassen und bin in die USA gegangen – nach Boca Raton, Florida, nahe Miami und nur wenige Minuten vom Strand entfernt. An der Lynn University bietet das amerikanische College-System die Möglichkeit, akademische Bildung und Spitzensport auf höchstem Niveau zu vereinen. Der Neuanfang in den USA brachte neue Herausforderungen, hohen Leistungsdruck und große Verantwortung mit sich. Ein klares Mindset und mein Glaube gaben mir dabei Orientierung, Ruhe und Vertrauen in den Prozess. Bereits im ersten Jahr wurde dieser Einsatz belohnt: der Gewinn der National Championship sowie die Wahl ins Team of the Tournament. Diese Erfahrung zeigt, dass der American Dream nicht nur ein Begriff ist, sondern eine Realität für diejenigen, die bereit sind, Risiken einzugehen, hart zu arbeiten und konsequent an sich zu glauben.

Referent: Luan Rafael Barroso Rennstich

05. März – Konya/Türkei

Ich heiße Beyza und bin in Konya geboren. Konya ist für mich eine Stadt der Ruhe, der Geschichte und der tiefen Spiritualität. Hier treffen jahrhundertealte Traditionen auf den Alltag und die Lehren von Mevlana prägen bis heute das Lebensgefühl der Menschen. Die weiten Ebenen, die herzliche Gastfreundschaft und die starke Verbundenheit zur Kultur machen Konya zu einem Ort, der mich geprägt hat und den ich immer im Herzen trage.

Referentin: Beyza Karsiyakali

07. Mai – Noyabrsk in Sibirien

Noyabrsk liegt im Herzen Westsibiriens, in der autonomen Region der

Chanten und Mansen. Der Name bedeutet übersetzt „Novembersk“, benannt nach dem Monat der Stadtgründung. Leben in Noyabrsk bedeutet, die extremen sibirischen Winter mit Temperaturen bis zu -50°C zu erleben, aber auch die unendlichen Weiten der Taiga und die besondere Lichtstimmung der Polarnächte und Weißen Nächte zu genießen.

Die Stadt ist ein Schmelziegel verschiedener Kulturen: Neben Russen leben hier Chanten, Mansen und Menschen aus vielen ehemaligen Sowjetrepubliken. Die Referentin ist eine Ukrainerin, die in Noyabrsk groß geworden ist und sie möchte die Stadt ihrer Schulzeit vorstellen: damals und heute. Dabei wird von den Besonderheiten des Alltags in einer der nördlichsten Städte Russlands berichtet, von sibirischen Traditionen und den Menschen, für die sogar eine Mücke zum Wahrzeichen wurde ;)

Referentin: Tatyana Vester

II. Juni – Brasilien

„Kenianisches Essen und Kultur – Brasilien – das Land des ewigen Karnevals und des allgegenwärtigen Fußballs, aber auch der vermeintlich omnipräsenten Gewalt, der Korruption und der brennenden Urwälder; eine Region, von der man oft hört, sie sei politisch chaotisch und trotz ihres Reichtums kaum in der Lage, Dinge wirklich „auf die Reihe zu bekommen“. Doch zeigen all diese Bilder nur einen kleinen Ausschnitt der Wirklichkeit. Wie aber erlebt ein struktur- und regelgewohnter Deutscher dieses faszinierende Land, wenn er dort ein Projekt leiten soll – fernab der Metropolen, auf einer kleinen Farm im ländlichen Raum? Das Ehepaar Heider durfte drei Jahre lang in dieser Umgebung mitarbeiten und berichtet von einem Brasilien, das sich jenseits der üblichen Schlagzeilen entfaltet: von offenen, hilfsbereiten Menschen,

beeindruckender Natur und einer erstaunlich fortschrittlichen Landwirtschaft. Der Vortrag lädt dazu ein, ein paar Denkanstöße mitzunehmen und das Land neu zu entdecken – so, wie man es erfahren kann, wenn man ihm wirklich offen begegnet.

Referent: Klaus Heider

03. September – Indian-Rajasthan

Indien ist ein Land der überwältigenden Vielfalt, in dem uralte Traditionen und Moderne, Spiritualität und lebendiger Alltag aufeinandertreffen. Es ist ein Fest für die Sinne – bekannt für seine Farben, Düfte und eine Gastfreundschaft, die Besucher als „Gott“ empfängt. Ein besonderer Fokus liegt an diesem Abend auf Rajasthan, dem „Land der Könige“ im Nordwesten Indiens. Deepti nimmt Sie mit in diese magische Region, die durch ihre majestätischen Paläste, mächtigen Festungen und die goldene Wüste Thar besticht. Wir tauchen ein in die lebendige Kultur Rajasthans, entdecken die Geschichten hinter den prachtvollen Gewändern und der Volksmusik und erleben, wie Geschichte dort noch heute lebendig ist. Abgerundet wird die Reise durch einen Einblick in die rajasthaniische Küche mit ihren einzigartigen Gewürzen.

Referentin: Deepti Sharma

05. November – Somalia

Somalia liegt am Horn von Afrika und beeindruckt mit einer reichen Geschichte, vielfältigen Traditionen und einer der längsten Küstenlinien Afrikas. Das Land ist geprägt von weiten Landschaften, lebendiger Kultur und einer starken mündlichen Erzähltradition, besonders in Musik und Poesie. Trotz vieler Herausforderungen zeigen die Menschen in Somalia große Gastfreundschaft, Zusammenhalt und Lebensfreude.

Referent: Abdirahman Khadar

Ihre Ansprechpartner*innen

Dr. Dominique Gillebeert

Migrations- und IntegrationsBüro
in der Stabsstelle für Vielfalt und Chancengleichheit
Telefon 06132 782-321
integration@ingelheim.de

Gürsel Fecht

Migrations- und IntegrationsBüro
in der Stabsstelle für Vielfalt und Chancengleichheit
Telefon 06132 782-322
guersel.fecht@ingelheim.de

in Zusammenarbeit mit der

Volkshochschule

im Weiterbildungszentrum Ingelheim
Heinz Peter Kissel
Fridtjof-Nansen-Platz 3 | 55218 Ingelheim
Telefon 06132 79003-15
h.kissel@wbz-ingelheim.de

Bildnachweis: www.pixabay.com

Stadtverwaltung Ingelheim am Rhein

Migrations- und IntegrationsBüro
in der Stabsstelle für Vielfalt und Chancengleichheit
Fridtjof-Nansen-Platz 1 | 55218 Ingelheim am Rhein

Besucheradresse:

Wilhelm-Leuschner-Straße 61 | 55218 Ingelheim am Rhein

Telefon 06132 782-0
Telefax 06132 782-134
info@ingelheim.de

www.ingelheim.de



in Zusammenarbeit mit der