



# Pressemitteilung

Hildesheim, 12. Februar 2026

## MiA-Sprachkurs der Caritas stärkt Migrantinnen

### Wertvoller Beitrag zur Integration dank niedrigschwelligem Angebot

**So kann Integration in der Praxis gelingen: Mit dem neuen Sprachkurs-Angebot „MiA – Migrantinnen einfach stark im Alltag“ richtet sich der Caritasverband für Stadt und Landkreis Hildesheim e.V. gezielt an Frauen mit Migrationsgeschichte, die von regulären Sprach- und Integrationskursen häufig nicht erreicht werden. Los geht der rund achtwöchige kostenlose MiA-Kurs am 17. Februar. Leiten wird ihn die pensionierte Buchhändlerin Barbara Kölsch, die früher auch Deutsch als Fremdsprache unterrichtete. Der Sprachkurs „MiA – Migrantinnen einfach stark im Alltag“ wird gefördert durch das Bundesministerium des Innern.**

„Viele Migrantinnen leiden unter erheblichem Leistungsdruck und Prüfungsängsten“, weiß Integrationshelferin Jana Rotenberg. Klassische Kursformate führen deshalb nicht selten zu Überforderung und Abbruch, so die Caritas-Mitarbeiterin. Dabei seien es oft strukturelle Hürden, die zu Herausforderungen werden: „Fehlende Kinderbetreuung, begrenzte Krippen- und Kitaplätze sowie familiäre Verpflichtungen erschweren vielen Frauen die Teilnahme an regulären Sprachkursen erheblich“, berichtet Jana Rotenberg. Auch religiöse oder kulturelle Prägungen trügen dazu bei, dass Frauen gemischte Kursangebote häufig nicht wahrnehmen können.

Gerade niedrigschwellige und zielgruppenspezifische Angebote sind nach Ansicht von Jana Rotenberg ein zentraler Baustein nachhaltiger Integrationspolitik. Sie ermöglichen gesellschaftliche Teilhabe, fördern Bildungschancen und tragen langfristig zur sozialen Stabilität bei. „Hier braucht es ganz allgemein mehr geschlechtsspezifische Angebote.“

In eben diese Lücke tritt das neue MiA-Kursangebot mit seinem besonders niedrigschweligen Ansatz. Ziel des MiA-Ansatzes ist es, Frauen langfristig zu stärken und ihnen ein selbstständiges Leben in Deutschland zu ermöglichen. Was das Angebot in der Praxis so besonders macht, skizziert Integrationshelferin Rotenberg: „Neben der Sprachvermittlung kommen viele alltagsnahe Inhalte hinzu, darunter Arztbesuche, schulische Themen und Behördenkontakte.“

Auch über die allgemeine Orientierung im deutschen Gesundheits- und Bildungssystem werde gesprochen. Als weiteren Mehrwert bietet der Caritasverband Hildesheim ergänzend eine soziale Beratungsstunde vor Ort an, um die individuellen Unterstützungsbedarfe der Teilnehmerinnen frühzeitig zu erkennen und passende Hilfsangebote zu vermitteln.

Der Sprachkurs „MiA – Migrantinnen einfach stark im Alltag“ findet von Mitte Februar bis Ende April immer dienstags und freitags von 10 bis 12 Uhr im Begegnungs- und Beratungszentrum BROADWAY des



Caritasverband  
für Stadt und Landkreis  
Hildesheim e.V.

---

Caritasverbandes für Stadt und Landkreis Hildesheim e.V. im Fahrenheitgebiet in Hildesheim statt. Aufgrund der großen Nachfrage – der erste MiA-Kurs war sehr schnell ausgebucht und es gibt bereits eine Liste mit Interessentinnen – plant der Caritasverband, in diesem Jahr noch weitere MiA-Sprachkurse anzubieten. Gefördert wird der Sprachkurs „MiA – Migrantinnen einfach stark im Alltag“ durch das Bundesministerium des Innern.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

**Kontakt:** Frank Bumann, Caritasverband für Stadt und Landkreis Hildesheim e.V., Referent Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Tel.: 05121 1677 215, E-Mail: [frank.bumann@caritas-hildesheim.de](mailto:frank.bumann@caritas-hildesheim.de)