

# Miteinander.

Das Magazin der Volkssolidarität Leipzig



## KURZE WEGE, STARKE NETZWERKE

Familienarbeit im Kinder- und  
Familienzentrum in Leipzig-Grünau

## BESCHLÜSSE AUF PAPIER

Delegiertenversammlung im schriftlichen  
Verfahren erfolgreich durchgeführt

## PARTIZIPATION IM KINDERGARTEN

Kinder gestalten Zeitung „Buschfunk“

## DANK ZUM JAHRESWECHSEL

Liebe Leserinnen und Leser,  
liebe Mitglieder des Stadtverbandes,

herzlich willkommen zur letzten Ausgabe unseres Magazins für dieses Jahr. Auch im 76. Jahr ihres Bestehens hat die Volkssolidarität gezeigt, dass sie trotz widrigster Umstände in der Lage ist, ihre Aufgaben als Sozial- und Wohlfahrtsverband gut auszufüllen. Egal ob in der Nachbarschaftshilfe, in der Pflege oder bei der Kinderbetreuung: der Name Volkssolidarität bürgt für Qualität! Dazu haben Sie alle im Ehren- und Hauptamt beigetragen. Im Auftrag des Vorstandes darf ich mich für diese Arbeit herzlich bedanken.

Für unseren Stadtverband war das Jahr 2021 ereignisreich. Wir konnten eine neue Kita in der Nähe unseres Betreuten Wohnens zu Hause in der Arthur-Hoffmann-Straße eröffnen und gleich dort um die Ecke ebenso eine Kinderwohngruppe, womit wir ein weiteres neues Feld der sozialen Arbeit für uns erschlossen haben. Selbstverständlich soll auch der Wechsel in der Geschäftsführung nicht vergessen werden, der zum 1. Juli erfolgte.

Leider konnten wir auch in diesem Jahr unsere Delegiertenversamm-

lung nicht in der gewohnten Form durchführen, so dass wir auf eine schriftliche Delegiertenversammlung ausweichen mussten. Ich danke allen, die sich daran beteiligt und damit sichergestellt haben, dass wir unseren gesetzlichen Verpflichtungen als Vorstand nachkommen konnten.

Und noch einen letzten Dank möchte ich aussprechen. Wir nutzen die Delegiertenversammlungen traditionell, um unsere Listensammlung zu eröffnen. In diesem Jahr stand diese Spendenaktion unter dem Motto „Herzenswünsche“. Wir danken allen, die sich daran mit kleinem oder großem Beitrag beteiligt und so geholfen haben, „Herzenswünsche“ zu erfüllen. Über die Ergebnisse werden Sie auf unserer Internetseite und hier im Magazin informiert.

Aber wir wollen nicht nur Rückschau halten, sondern die Gelegenheit auch nutzen, einen Blick voraus auf das Jahr 2022 zu werfen. Zu den wichtigsten Aufgaben unseres Stadtverbandes gehört es, alles zu versuchen, die Personalsituation insbesondere in der Pflege, aber auch im pädagogischen Bereich, zu stabilisieren. Hier wol-



len wir vor allem die Anzahl der von Personaldienstleistern kommenden Kolleginnen und Kollegen reduzieren. Dazu werden wir unsere Attraktivität als Arbeitgeber weiter erhöhen. Aber auch im Ehrenamtsbereich wollen wir, nach der erzwungenen Pause, wieder attraktiver werden und so neue Mitglieder gewinnen. Außerdem steht 2022 auch die Neuwahl des Vorstandes an – diesmal hoffentlich in der üblichen Form im Rahmen einer Präsenzveranstaltung.

Ich wünsche Ihnen allen einen fröhlichen Jahresausklang in der Familie und mit Freunden und bereits jetzt einen tollen Start in ein gesundes, arbeits- und erlebnisreiches 2022.

*Ihr Olaf Wenzel,  
Vorstandsvorsitzender*

### Impressum

**Herausgeber:**  
Volkssolidarität Stadtverband Leipzig e. V.  
Demmeringstraße 127, 04179 Leipzig  
Vereinsregister Leipzig VR 28

**Redaktion/Anzeigen:**  
Martin Maciejewski (v.i.S.d.P.)  
Martin Gey  
Frank Weise  
Kristin Anderson  
Telefon: 0341 35055-122  
Fax: 0341 35055-232  
Mail: info@volkssolidaritaet-leipzig.de  
Internet: www.volkssolidaritaet-leipzig.de

**Layout/Satz:**  
Simone Drese, SL-Freising

**Redaktionsschluss: 29. Oktober 2021**  
Erscheinungsweise: quartalsweise

**Druck:** SAXOPRINT GmbH, Dresden

**ONLINE GEDRUCKT VON**  
**SAXOPRINT**

**Auflage:** 5.000 Stück

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos sowie für Anzeigeninhalte wird keine Haftung übernommen. Die Redaktion behält sich vor, eingesandte Texte zu kürzen bzw. redaktionell zu bearbeiten.

**Bildnachweise:**

Titel: Halfpoint/Shutterstock, Martin Gey; Seite 2: Claudius Pflug; Seite 4: Frank Weise; Seite 5: Klaus Siebeneichner; Seite 6: KiFaZ; Seite 7: KiFaZ, Martin Gey; Seite 8: Katja Demuth; Seite 9: Frank Bocklitz, Frank Weise; Seite 11: Wolfgang Eckert auf Pixabay, MaraZe/Shutterstock; Seite 12: Devon Breen auf Pixabay

### Ihre Meinung ist uns wichtig!

Senden Sie uns Lob und Kritik zum Magazin an: ✉ magazin@volkssolidaritaet-leipzig.de

### Anmerkung zum Titelbild

Ramona Kapheim (Mitte) und Judith Eltges erhielten am 27. Oktober das offizielle KiFaZ-Zertifikat für die Kita Rasselbande aus den Händen von Felix Sauerbrey, Abteilungsleiter Kindertagesstätten der Stadt Leipzig. Lesen Sie hierzu mehr auf den Seiten 6 und 7.

## BESCHLÜSSE AUF PAPIER

### Delegiertenversammlung im schriftlichen Verfahren erfolgreich durchgeführt

Nachdem im vergangenen Jahr die Stadtdelegiertenversammlung schweren Herzens verschoben werden musste, fiel es den Verantwortlichen in diesem Jahr nicht leichter, eine Entscheidung zu treffen. In Abwägung der Argumente beschloss der Stadtvorstand bei seiner Sitzung am 21. Juni deswegen, verbunden mit der Hoffnung es bleibe etwas Besonderes, die Delegiertenversammlung im schriftlichen Verfahren durchzuführen.

Das Gesetz zur Abmilderung der Folgen der COVID-19 Pandemie bietet dafür den rechtlichen Rahmen und besagt, dass Beschlüsse der Delegierten schriftlich gefasst werden können, auch wenn dies nicht in der Satzung so verankert ist. So erhielten die 76 stimmberechtigten Mitglieder am 25. August fristgerecht ihre Unterlagen und hatten bis zum 15. September Zeit,

analog dem Prinzip einer Präsenzveranstaltung, ihre Fragen und Anmerkungen schriftlich an den Vorstand zu stellen. Anschließend erfolgte bis zum 10. Oktober die eigentliche Abstimmung und Beschlussfassung. 67 von 76 Delegierten beteiligten sich. Somit war die Versammlung beschlussfähig.

„Allen am Prozess Beteiligten gilt mein ausdrücklicher Dank, dass Sie die außergewöhnliche Herausforderung mitgetragen haben. So ist es uns trotz aller Umstände gelungen, die Jahresabschlüsse und die zugehörigen Beschlüsse in geordneter Form zu beschließen“, freut sich Olaf Wenzel, Vorstandsvorsitzender unseres Stadtverbandes. „Natürlich hoffen wir alle, uns im nächsten Jahr wieder in Präsenz zu sehen“, ergänzt er. „Dann mit Vorstandswahlen.“

Frank Weise

### DAS WURDE BESCHLOSSEN

#### ■ Jahresabschlüsse 2019 und 2020

Die Delegierten stellten die Jahresabschlüsse 2019 und 2020 einstimmig fest und entlasteten den Stadtvorstand für die Geschäftsjahre 2019 und 2020.

#### ■ Satzungsänderungen

Bestandteile der einstimmig beschlossenen Satzungsänderungen waren: die Präzisierung des Mitgliedsbegriffs, Anpassungen im Datenschutz, die Benennung der Mitgliedschaft im Paritätischen Wohlfahrtsverband Landesverband Sachsen e.V. sowie die Anpassung der Anzahl der Vorstandsmitglieder auf mindestens 5 bis maximal 9, um die Arbeit des Gremiums zu stärken, aber auch flexibler auf zukünftige Entwicklung reagieren zu können.



### Der sichere Rückhalt für jede Situation und jeden Notfall.

Genießen Sie Ihren Alltag weiterhin so, wie es Ihnen gefällt. ›Mein Hausnotruf‹ bietet ein bewährtes Notfallsystem, bei dem kompetente Hilfe nur einen Tastendruck entfernt ist.

mein-hausnotruf.com  
Tel. 0341 - 6976762

Volkssolidarität Stadtverband Leipzig e.V.  
Demmeringstraße 127, 04179 Leipzig  
hausnotruf@volkssolidaritaet-leipzig.de

eine Marke der  
**VOLKSSOLIDARITÄT**

## DER HERBST, DER HERBST, DER HERBST IST DA

Er rüttelt an den Zweigen, macht die Blätter bunter und bringt uns Spaß. Die Freude war unseren 22 anwesenden Mitgliedern im Schönefelder Freizeittreff „Kirsche“ anzusehen, als sie sich erstmals seit Weihnachten 2019 wieder bei einer Mitgliederveranstaltung begegnen konnten.

Eine musikalische Begleitung und ein liebevoll herbstlich hergerichteter Veranstaltungsraum bildeten den gemütlichen Rahmen eines Miteinanders, das wir alle lange vermisst und darum doppelt genossen haben. Bei Kaffee und Kuchen haben wir in Erinnerungen geschwelgt und neue Pläne für die nächsten gemeinsamen Aktivitäten geschmiedet.

Zuvor aber stand Martina Hänsel im Mittelpunkt, die seit vielen Jahren die Mitgliederbetreuung, das soziale Miteinander und die Mitgliederorganisation in Schönefeld mit viel Herzblut unterstützt und möglich macht. Sie wurde für ihr langjähriges ehrenamtliches Engagement für unseren Verein mit der Bronzenen Solidaritätsnadel ausgezeichnet. Wir sagen nochmals herzlichen Glückwunsch.



Eine besondere Überraschung hatten sich die Kinder des Jugendclubs für uns überlegt und jedem Gast einen individuell gestalteten Herbstgruß übergeben. Eine rührende Aktion, welche mit großem Applaus honoriert wurde. So ging für uns ein bunter Herbstnachmittag stimmungsvoll zu Ende.

*Gudrun Naumann,  
Mitgliedergruppe 328*

*Gute Seelen unter sich: Die Vorsitzende der Schönefelder Mitgliedergruppe Gudrun Naumann (r.) gratuliert Martina Hänsel (l.) zur Bronzenen Solidaritätsnadel der Volkssolidarität.*



### VERANSTALTUNGS-TIPPS



#### Konzert

Montag, 24. Januar 2022 | 14 Uhr  
**Beschwingte Melodien zum Jahresbeginn**

Händel Halle in Halle (Saale)

Karten ab 28,00 €

Buchung: ☎ 0361 55049970

Die Anreise muss individuell organisiert werden.

#### Ausflug

Montag, 7. März 2022

**Star-Tenöre mit Rosen - Tagesfahrt zum Frauentag**

Preis: 49,00 €

Buchung: ☎ 0341 35055114

Bustransfer ab Leipzig nach Halle sowie Kaffeegedeck und Programm inklusive.

Mehr Informationen zu den aktuellen Angeboten erfahren Sie unter:  
[www.volkssolidaritaet-leipzig.de/termine](http://www.volkssolidaritaet-leipzig.de/termine)

✉ [mitgliedschaft@volkssolidaritaet-leipzig.de](mailto:mitgliedschaft@volkssolidaritaet-leipzig.de) ☎ 0341 35055114



Faire & unabhängige Beratung



Neueste Technologien & Verfahren



Individuelle Lösungen für jedes Budget



Persönliche Betreuung rund um Ihre Hörziele

Engagiert  
& mit Herz  
für Ihr Gehör!

Wir beraten Sie gern. Vereinbaren Sie einen Termin online oder in einer unserer Filialen.

#### Filialen in Leipzig

Reudnitz | Mockau | Südvorstadt | Schleußig | Mölkau | Wahren

#### Filialen in Sachsen

Torgau | Döbeln | Eilenburg | Colditz

GROMKE Kundenhotline auch per WhatsApp +49 (0)341 64 90 10

[info@gromke.de](mailto:info@gromke.de) [www.gromke.de](http://www.gromke.de)



## WER RASTET, DER ROSTET!

So lautet eine alte Volksweisheit. Aber was tun, wenn der Geist willig und das Fleisch schwach ist? Wir wollen Ihnen einen altersgerechten Vorschlag ans Herz legen. Regelmäßig gehen wir ein paar Schritte spazieren, andere würden es vielleicht wandern nennen. Wir machen das nicht allein, das wäre ja langweilig. Wir gehen regelmäßig mit unserer Wandergruppe der Volkssolidarität auf Tour.

Unter Führung der erfahrenen Wanderfreundin Martina Krause aus dem Verein Leipziger Wanderer entdecken wir Neues und Bekanntes in und um Leipzig. Das Schöne an ihren Touren ist: sie sind zwischen 6 und 10 Kilometer lang und meistens mit Einkehr, also seniorenfreundlich. Das gemeinsame Wandern schafft Frohsinn und Austausch, den wir genießen.

Wir würden uns freuen, auf unseren nächsten Wanderungen mit Ihnen zu schwatzen und gemeinsam ein Stück des Weges zu gehen. Für einen Unkostenbeitrag von 1 Euro erleben Sie viel Spaß an der frischen Luft und tun nebenbei auch noch etwas für Ihre Gesundheit. Also runter vom Sofa und raus in die Natur!

Am 15. Dezember treffen wir uns 11 Uhr an der Bushaltestelle Auensee. Da geht's weihnachtlich vom Auensee zur Sachsenbrücke im Clara-Zetkin-Park. Lassen Sie uns froh und munter sein, aber bitte nur mit Voranmeldung bei der Wanderfreundin Martina Krause.

*Marion und Klaus Siebeneichner,  
Wanderfreunde aus Schönefeld*



*Wanderfreunde kennen kein schlechtes Wetter. Einmal im Monat entdeckt die offene Gruppe Interessantes in und um Leipzig.*

### Nächste Wandertouren:



#### Vom Auensee zur Sachsenbrücke

Mittwoch, 15. Dezember | 11 Uhr, Treff an der Bushaltestelle Auensee

#### Durch das Leipziger Ratsholz zum Agra-Park

Mittwoch, 19. Januar 2022 | 11 Uhr, Treff an der Ecke Karl-Liebknecht-/Richard-Lehmann-Straße (am Brunnen)

#### Vom Naturkundemuseum nach Möckern

Mittwoch, 16. Februar 2022 | 10 Uhr, Treff vor dem Naturkundemuseum

Wir bitten um Voranmeldung:  
Martina Krause

☎ 0341 3310857

✉ martinamelanie51@web.de

## Kunstinteressierte aufgepasst!

Die Interessengruppe Malen und Zeichnen sucht Nachwuchs. Alle zwei Wochen trifft sich die Gruppe donnerstags im Seniorentreff Sonnenwall in Leipzig-Schönefeld zur praktischen Arbeit und zum hilfreichen Austausch über die entstandenen Arbeiten. Gegenseitige Anregungen und Kritik innerhalb der Gruppe sollen bei der Gestaltung der eigenen Arbeiten helfen. Das Hauptinteresse gilt dabei überwiegend der realistischen Malerei und Grafik. Interessenten können sich bei Andrea Näther, Leiterin des Seniorentreffs Sonnenwall, melden.

#### Information und Treffpunkt:

Seniorentreff Sonnenwall

Löbauer Str. 68-70

☎ 0341 6976761

## AUSGEWÄHLTE VERANSTALTUNGEN IN UNSEREN SENIORENBÜROS UND BEGEGNUNGSSTÄTTEN



### Weihnachtslesung

Weihnachtlich und spannend wird es bei unserer Lesung mit Kriminalautorin Ethel Scheffler.

Mittwoch, 8. Dezember | 14-15.30 Uhr

**Ort:** Seniorenbüro Süd,  
Prinz-Eugen-Straße 1, 04277 Leipzig

**UKB:** 5 Euro

**Voranmeldung:** ☎ 0341 3913971

### „Bräuche zur Weihnachtszeit“

Ein musikalisch-literarisches Programm mit Werner Volkmar.

Donnerstag, 9. Dezember | 14 Uhr

**Ort:** Seniorentreff Sonnenwall,  
Löbauer Straße 68-70, 04347 Leipzig

**UKB:** 3,50 Euro

**Voranmeldung:** ☎ 0341 6976761

### „Sind die Lichter angezündet“

Weihnachtsprogramm mit Michael Mehnert und Katharina Krannich

Montag, 20. Dezember

14 Uhr weihnachtliches Kaffeetrinken,  
14.45 Uhr Programmbeginn

**Ort:** Seniorentreff Sonnenwall,  
Löbauer Straße 68-70, 04347 Leipzig

**UKB:** 5 Euro

**Voranmeldung:** ☎ 0341 6976761

### Kurzfilme für Senior\*innen

Im Rahmen des Kurzfilmtages zeigen wir bei Kaffee und Kuchen verschiedene Kurzfilme.

Dienstag, 21. Dezember | 13 Uhr

**Ort:** Seniorenbegegnungsstätte,  
Kieler Straße 63, 04357 Leipzig

**Eintritt frei**

**Voranmeldung:** ☎ 0341 6018410

# KURZE WEGE, STARKE NETZWERKE



**KiFaZ**  
KINDER- UND  
FAMILIENZENTRUM  
LEIPZIG

## Familienarbeit im Kinder- und Familienzentrum in Leipzig-Grünau

*Unser Stadtverband betreibt zwei Kinder- und Familienzentren (kurz KiFaZe), integriert in die Kita „Rasselbande“ in Grünau und in Paunsdorf in die Kita „Kleine Waldgeister“. Im September wurde das KiFaZ in Grünau durch die Stadt Leipzig zertifiziert. Zeit für Koordinatorin Ute Adlakha, um im Magazin MITEINANDER zurückzublicken. Zum 1. November übergab sie den Staffelstab an Judith Eltges, die zukünftig für die Familien in dem Stadtteil Ansprechpartnerin sein wird.*

Seit 2009 baut die Stadt Leipzig Kindertagesstätten zu Kinder- und Familienzentren aus. Diese zeichnen sich durch gelebte Erziehungspartnerschaft aus, unterstützen Familien beratend und vermitteln in ihren eigenen Lebenswelten und halten diverse Angebote zur Familienbildung vor. Inzwischen gibt es über 20 Leipziger KiFaZe, die sich vorrangig im Leipziger Osten und Westen befinden. Da wo die Lebenslagen der Familien vielfältig sind und die Probleme ebenso.

Unsere Kita „Rasselbande“ hat sich 2019 auf den Weg gemacht, um ebenfalls zu einem KiFaZ zu werden und diesen Prozess im September dieses Jahres mit der Gütesiegelprüfung abgeschlossen. Jüngst, am 27. Oktober, haben wir von der Stadt Leipzig das Zertifikat überreicht bekommen. Bis dahin mussten so einige Hürden genommen werden. Von der Einstellung einer Koordinatorin, über die bauliche Umsetzung mit einem kleinen Beratungsraum im Erdgeschoß der Einrichtung bis zur allumfassenden Herausforderung Corona, die dem KiFaZ-Motto „Familien rein in die Kita“ ein „Alle raus aus der Kita“ entgegengesetzt hat.

So waren in der „Rasselbande“ – wie an vielen anderen Stellen auch – kreative Lösungen gefragt. Wie können wir Familien erreichen, wenn sie die Einrichtung nicht betreten dürfen? Wir haben sie gefunden, auch mit der Unterstützung weiterer Akteure im Stadtteil, denn ein Leipziger KiFaZ hat starke Netzwerke für Hilfe und Unterstützung. Mittels „Proviant für Kopf und Bauch“ (gesunde Lebensmittel und Spielanregungen während des Lockdowns), über „KollerKisten“ (Spiel- und Bastelideen für Familien), unserem Fasching-to-go und Frühlingsbasteltüten sind wir an unseren Familien drangeblieben.

Wir haben miteinander gesprochen, am Telefon oder am Zaun und auch mal über den Balkon, wenn die Familien in Quarantäne waren. Wir haben uns an Onlineangebote gewagt und gemeinsam mit unseren Familien die technischen Möglichkeiten erkundet. So konnten wir in Kontakt bleiben und Unterstützung bieten. Wir waren zur Stelle als es darum ging, Kinder mit Hilfe des Allgemeinen Sozialdienstes in die Notbetreuung zu nehmen, wenn Familien Überforderung signalisierten. Auch gaben wir Anregungen für die Beschäftigung der Kinder zu Hause und hatten offene Ohren für die Nöte vieler Eltern, die im Lockdown den Spagat zwischen Arbeit, Homeschooling und der Betreuung der Kleinsten bewältigen mussten. Die Erfahrung hat gezeigt, dass entgegen anders lautender Behauptungen die gleichzeitige Teilnahme an einer Web-Konferenz und die Betreuung eines Kleinkindes nicht ohne erhebliche Kompromisse möglich ist. Und es ist sehr entlastend, wenn man erkennt, dass man mit seinen Problemen nicht allein da steht und welche Ideen andere dazu haben.

Wenn Familien unter Anspannung stehen, betrifft das alle Familienmitglieder und Kinder haben wenig Möglichkeit, sich dem zu entziehen. Deshalb stehen wir Familien genau da zur Seite, wo Stress das Miteinander belastet. So entstand unsere Online-Elternabendreihe „Für einen entspannten Umgang miteinander“.



## DAS NETZWERK DER MÜTTERTREFFEN

(v.l.n.r.): Caroline Lyle (Haus Steinstraße), Pala Dashti Hamdamin (Caritas Familienzentrum), Saadia Abdul Hamid Karin, Ute Adlakha und Oliver Meisel (Haus Steinstraße).

Bei diesem Angebot können sich Eltern mit unserer KiFaZ-Koordinatorin und einer Sozialpädagogin vom Caritas Familienzentrum über Themen der Erziehung, Kommunikation, Rituale im Familienalltag und vieles mehr austauschen.

Stress verursachen auch finanzielle Nöte, die viele unserer Familien umtreiben. Hier gibt es die Möglichkeit, über einen Kita-Freiplatz, den Kinderzuschlag und das Bildungspaket (Leistungen für Bildung und Teilhabe) für Entlastung zu sorgen. Bei der Antragstellung helfen wir gern. So verstehen wir Erziehungspartnerschaft und Familienbildung.

Wir freuen uns sehr, dass inzwischen die Einrichtung wieder voller Kinder und voller Leben ist. Auch wenn es weiterhin Einschränkungen für Veranstaltungen gibt, sind wir zuversichtlich, bald wieder „Familien rein in die Kita“ zu holen, zum Reden, zum Basteln, zum Eltern-Kind-Sport, aber auch zu thematischen Elternabenden.

Bis dahin finden wir gemeinsam mit unseren Netzwerkpartnern andere Lösungen. So hat unser interkulturelles Müttertreffen im Haus Steinstraße im Robert-Koch-Park einen neuen Anlaufpunkt gefunden. Einen Elternabend zu Fragen der Mehrsprachigkeit werden wir gemeinsam mit anderen in den Räumen des Freizeittreffs Völkerfreundschaft gestalten. Denn da liegt neben den vielen bemerkenswerten Bewohnern eine weitere Stärke des Stadtteils Grünau: kurze Wege, starke Netzwerke. Wir freuen uns sehr, dazu zu gehören.

## BEI DER VERTEILUNG DER „KOLLERKISTEN“

Ute Adlakha (r.) mit Eva Weidemann (Caritas Familienzentrum)



## ZERTIFIKAT-ÜBERGABE

Die Arbeit des KiFaZ in der Kita „Rasselbande“ wird durch die Stadt Leipzig finanziert. Abteilungsleiter Felix Sauerbrey (r.) übergab das Zertifikat an die stellvertretende Leiterin Ramona Kapheim (2.v.r.) und die neue KiFaZ-Koordinatorin Judith Eltges im Beisein von Geschäftsführer Martin Maciejewski und Christiane Mahnke (Mitarbeiterin im pädagogischen Fachbereich, l.).



## UNSERE KIFAZE

### KiFaZ in der Kita „Rasselbande“

Judith Eltges  
Ringstraße 213, 04209 Leipzig

☎ 0341 4201274

✉ kifaz.rasselbande@  
volkssolidaritaet-leipzig.de

### KiFaZ in der Kita „Kleine Waldgeister“

Katharina Schaake  
Waldkerbelstraße 2, 04329 Leipzig

☎ 0341 2524928

✉ kifaz.waldgeister@  
volkssolidaritaet-leipzig.de

# PARTIZIPATION IM KINDERGARTEN

## Kinder gestalten Zeitung „Buschfunk“

Seit Dezember 2020 gibt es in der Naturkindertagesstätte „Sonnenschein“ in den Meyerschen Häusern den „Buschfunk“. Diese kleine Zeitung entstand während der langen Coronatage und dem Betretungsverbot der Einrichtungen für Eltern. Somit konnten wir den Familien einen Einblick in unsere Arbeit ermöglichen und die Elternarbeit ein Stück weit weiterführen. Vielen Eltern fehlte die vertraute Kommunikation mit den pädagogischen Fachkräften oder das Bestaunen der durchgeführten Projekte und Wandzeitungen innerhalb der Einrichtung. Auch fragten sie sich, was ihre Kinder den Tag über erlebten.

Im „Buschfunk“ befinden sich alle Neuigkeiten und Termine, aber auch aktuelle pädagogische Themen, mit denen wir uns in der Einrichtung

### Infos zur Naturkita „Sonnenschein“

Wo: Diezmannstraße 87a  
04207 Leipzig  
☎ 0341 4227360

Größe: ca. 2.600 m<sup>2</sup> Freigelände

Anzahl der Kinder: insgesamt 108  
(davon 32 Krippen- und 76 Kindergartenplätze, inkl. 9 Integration)

auseinandersetzen. So wissen die Eltern beispielsweise, welche Räume neugestaltet wurden, wann unsere Brandschutzübung stattfand, wie hoch der Spendeneingang war oder wie Partizipation in diesem Rahmen stattfinden kann.

Gemeinsam mit den Kindern wählen die pädagogischen Fachkräfte die Themen und Inhalte des „Buschfunkt“ aus. Dabei werden die durchgeführten Angebote mit den Kindern reflektiert und zu einem Zeitungsartikel zusammengefügt. Kinder erfahren durch diese gelebte Partizipation, dass sie und ihre Interessen gehört werden und dass ihre Meinung zählt. Sie gewinnen an Eigenständigkeit und Selbstvertrauen. Für jedes Kind ist es wichtig zu erleben: Ich bin richtig und wichtig. In unserer Zeitung werden somit Erlebnisse wiedergegeben, über die die Kinder selbst entschieden haben, dass sie veröffentlicht werden sollen.

Nachdem die pädagogischen Fachkräfte und Kinder die Themen besprochen und festgelegt haben, wird die mittelbare pädagogische Zeit zum



Verfassen der Texte genutzt und Bildmaterial gesichtet. Anschließend fügt das Leitungsteam diese Texte in das erarbeitete Layout ein und versendet sie an alle Eltern. Die Rückmeldung der Eltern ist durchweg positiv. Neben der liebevollen Gestaltung loben sie die transparente Arbeit und die damit verbundene Möglichkeit, an den Ereignissen und Erlebnissen im Kindergarten und in der Krippe teilzunehmen.

Unser „Buschfunk“ ist seit der ersten Ausgabe quartalsweise per Mail erschienen und liegt in der Einrichtung zum Lesen aus.

Jacqueline Schönberg,  
Leiterin Kita „Sonnenschein“

5. Dezember | ab 10 Uhr

## NIKOLAUS- WANDERUNG AM AUENSEE

Ein Spass für die  
ganze Familie!

Die Weihnachtszeit ist die aufregendste Zeit im ganzen Jahr und der Nikolaus, nach dem Weihnachtsmann, wohl die meist gefragteste Person. Am Sonntag, dem 5. Dezember, ist er am Auensee zu Gast und freut sich über Besuch.

Anlass ist die 34. Auflage der Leipziger Nikolauswanderung. Sie startet 10 Uhr am Haus Auensee. Auf zwei Kilometern erwarten die Gäste kleine Überraschungen und ganz gewiss hat sich der Nikolaus auch Zeit genommen, um den Kindern eine kleine Freude zu überreichen.

Die familienfreundliche Wanderung wird vom Verein Leipziger Wanderer e.V. organisiert und durchgeführt. Für die Wanderung wird ein Unkostenbeitrag von 1 Euro pro Person vor Ort erhoben. Es wird gebeten, eigene Trinkgefäße mitzubringen, um Müll zu vermeiden. Eine Voranmeldung ist nicht notwendig.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß und eine besinnliche Wanderzeit!

# SPORTMAUS FLIZZY BRACHTE KINDER SPASS- BETONT IN BEWEGUNG

Unsere Kinder wollten Ende August das sächsische Kindersportabzeichen des Landessportbundes ablegen. So herrschte große Aufregung, als Sportmaus Flizzy unsere Kita „Gerne-Groß“ in Großzschocher betrat.

Nach einer herzlichen Begrüßung und ersten Aufwärmübungen starteten unsere Kinder in den sportlichen Siebenkampf. An verschiedenen Stationen, wie Standweitsprung, Balancieren und Zielwerfen, musste Geschick und Kampfgeist bewiesen werden. Mit großem Eifer wurde gemeinsam gekämpft, sich gegenseitig angefeuert und Mut zugesprochen. Und das nicht umsonst: Jedes Kind hat es geschafft und darf sich mit dem sächsischen Kindersportabzeichen schmücken. Alle waren stolz über das Erreichte und so wurde Flizzy glücklich zum Abschied zugewunken.

Ein großes Dankeschön geht vor allem an die Eltern und Großeltern, welche uns bei der Betreuung der Stationen unterstützten. Auch dank ihres Einsatzes waren es für alle Beteiligten spannende und ereignisreiche Vormittage. Wir freuen uns schon, wenn es wieder heißt: Sport frei!

Frank Bocklitz,  
stellv. Leiter Kita „Gerne-Groß“



## BRONZEMEDAILLE FÜR KITA „GERNE-GROSS“

Stadtverband beim Leipziger STADTRADELN erfolgreich

Tanja Treffurth nahm die Glückwünsche von Bürgermeister Heiko Rosenthal (l.) und Nico Singer, Geschäftsführer des Ökolöwen, entgegen.

Die Stadt Leipzig und der Umweltbund Ökolöwe riefen im September zum STADTRADELN auf, einen Bundeswettbewerb für mehr Klimaschutz und sicheren Radverkehr. Unser Stadtverband ging mit zwei Teams an den Start. Während das Hauptteam „Volkssolidarität Stadtverband Leipzig“ mit über 9.000 km unter den Top 50 von 643 Teams einfuhr, gewann das Team unserer Kita „Gerne-Groß“ mit

fast 4.900 km Bronze in der Sonderkategorie Kindertagesstätten. Somit steuerten unsere Radelnden knapp 14.000 km zu den über 2,3 Millionen in Leipzig zurückgelegten Kilometern bei.

An dieser Stelle noch einmal herzlichen Glückwunsch zu dieser starken Leistung und ein großes Dankeschön an alle Radelnden für ihre Teilnahme!

Wir freuen uns auf das nächste Jahr, wenn es wieder heißt: „Auf die Räder, fertig, los!“ Interessenten können sich bereits jetzt unter [t.treffurth@volks-solidaritaet-leipzig.de](mailto:t.treffurth@volks-solidaritaet-leipzig.de) für das STADTRADELN 2022 voranmelden.

Tanja Treffurth,  
Assistentin der Geschäftsführung

# Festlicher Genuss!

Ihr Menüservice wünscht eine frohe Weihnachtszeit!

## Klassische Entenkeule in Bratensoße,

dazu Rotkohl und Kartoffelklöße

Einwaage **495g**

○ ● ●  
G, G1, Ei, M, Me, La, Sn

**Art.-Nr. 13314**

**Jetzt nur 8,89 €**

KLASSIKER



## Festtagsbraten vom Rind

in Burgundersoße mit Pflaumen, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln

Einwaage **480g**

☞ ○ ●

**Art.-Nr. 13276**

**Jetzt nur 8,89 €**

NEU



WIEDER DA



## Zarte Schweinefilets in cremiger Camembertsoße,

dazu Pariser Karotten mit Rosenkohl und Kartoffeln

Einwaage **510g**

☞ ○ ● ●  
G, G1, M, Me, La

**Art.-Nr. 13109**

**Jetzt nur 8,89 €**

NEU



## Vegetarische Kohlroulade

mit einer Apfel-Maronen-Füllung in dunkler Soße, dazu Rosenkohl und Kartoffel-Pastinakenstumpf

Einwaage **500g**

☞ ⓐ ○ ● ● G, G1, Ei, M, Me, La, Sf, Sf1, S

**Art.-Nr. 13596**

**Jetzt nur 8,89 €**

KLASSIKER



## Geschnittene Gänsebrust

in herzhafter Apfel-Preiselbeersoße mit Rotkohl und Speckklößen

Einwaage **550g**

☞ ☞ ⓐ ○ ● ● G, G1, Ei, M, Me, La, S

**Art.-Nr. 13349**

**Jetzt nur 8,89 €**

○ Vollkost ● Angepasste Vollkost ● Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35 g Fett)

☞ enthält Zutaten vom Schwein ☞ ohne Gluten lt. Rezeptur ⓐ Antioxidationsmittel ☞ ohne Laktose lt. Rezeptur ☞ vegetarisch ☞ mit Alkohol ⓐ mit Nitritpökelsalz

Allergene: G = Gluten, G1 = Weizen, Ei = Eier, M = Milch (einschließlich Laktose), Me = Milcheiweiß, La = Laktose, S = Sellerie, Sf = Schalenfrüchte, Sf1 = Mandeln, Sn = Senf  
Diese Weihnachts-Menüs sind **lieferbar vom 01.11.2021 – 31.12.2021**. Solange der Vorrat reicht. Änderungen vorbehalten.  
Weitere Nährwerte und Artikelinformationen unter: [www.apetito.de/artikelinfo](http://www.apetito.de/artikelinfo) oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 - 2 73 84 86.  
Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden.

In Kooperation mit

Mo. - Fr. 8.00 bis 18.00 Uhr

**VOLKSSOLIDARITÄT**  
Stadtverband Leipzig e.V.

Tel. 0341-33755040

Auch online bestellbar unter:  
[www.ihr-menueservice.de/vs-leipzig](http://www.ihr-menueservice.de/vs-leipzig)

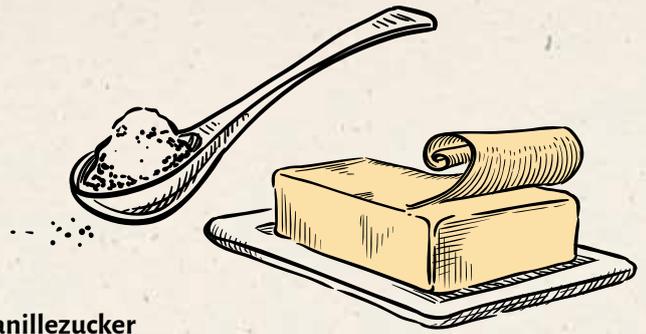


Rezept vom Küchenchef

# ROSINENSTOLLEN NACH ART DES HAUSES

## ZUTATEN FÜR VIER STOLLEN:

1,5 kg	Mehl	1 Pk.	Vanillezucker
100 g	frische Hefe	1 Pk.	Aroma (Zitronenzucker)
0,75 l	Milch	2 Pk.	Zitronat
500 g	Butterschmalz	2 Pk.	Orangeat
250 g	Schweineschmalz	750 g	Rosinen (Sultaninen)
400 g	Zucker	150 g	Korinthen
1 Prise	Salz	0,7 l	Rum
150 g	zerriebene Mandeln	250 g	Butter, flüssig
100 g	geriebene bittere Mandeln	500 g	Puderzucker



## ZUBEREITUNG:

**1** Die Rosinen, Korinthen, Zitronat und Orangeat in eine Schüssel geben und mit dem Rum beträufeln. Dies muss nun abgedeckt, bei Zimmertemperatur, einen Tag ruhen. Alle anderen Zutaten am Abend vor der Teigbereitung in einen warmen Raum stellen.

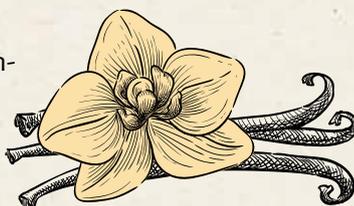
**2** Am nächsten Tag drückt man eine Vertiefung in das gesiebte Mehl. Das Mehl mit einem Teil der warmen Milch und der verrührten Hefe darin zu einem mittelfesten Vorteig verarbeiten und danach warm stellen.

**3** Unter dieses gut gegangene Hefestück (ca. doppelt so groß wie vorher) nacheinander die Zutaten Zucker, Gewürze, küchenwarmen Butterschmalz, Schweineschmalz und Mandeln geben. Die restliche Milch folgt stets erst nach der Fettzugabe.

Zuletzt die Schüssel mit den eingelegten Rosinen, Korinthen, Zitronat und Orangeat in den Teig geben.

Dies muss nun ordentlich zu einer Teigkugel geknetet werden.

Den Teig warm stellen und ca. zwei Stunden gehen lassen, danach nochmals gut durcharbeiten.



**4** Jetzt formt man sich aus dem Teig etwa vier bis fünf Laibe.

Diese Laibe werden bei guter Mittelhitze (ca. 160°C) für etwa 50 Minuten im Ofen gebacken.

**5** Nach dem Auskühlen der fast fertigen Stollen, mit flüssiger geklärter Butter bestreichen und mit Puderzucker bestreuen. Diese sollten vor dem ersten Anschneiden mindestens eine Woche, in Stollentüten, trocken lagern.

## Guten Appetit

wünscht Ihr Marco Zaspel, Küchenchef  
im Altenpflegeheim „Sonnenschein“

# Fit im Alter

## Brauche ich eine Nahrungsergänzung?



Ein Gastbeitrag von  
Astrid Cebulla

Mit zunehmendem Lebensalter verändert sich unser Körper. Die Muskel- und Knochenmasse und der Anteil an Wasser im Körper werden weniger, der Anteil an Körperfett steigt. Durch die körperlichen Veränderungen und oft auch weniger Bewegung sinkt der Kalorienbedarf und damit der Bedarf an Kohlenhydraten und Fett. Der Eiweißbedarf und die Menge an Vitalstoffen (Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente) für den Stoffwechsel bleibt hingegen gleich. Es ist daher im Alter wichtig, die Ernährung so anzupassen, dass der Energiegehalt gering und der Nährstoff- und Eiweißgehalt möglichst hoch ist. Neben Gemüse, Vollkornprodukten und Obst sollten auch Milchprodukte, Fisch und mageres Fleisch regelmäßig verzehrt werden. Appetitlosigkeit, Abnahme des Geruchs- und Geschmacksinnes, Probleme beim Kauen aufgrund von Zahnprothesen und fehlenden Zähnen sowie die mangelnde Speichelproduktion sind häufige Ursachen für eine unzureichende Vitalstoffversorgung bei älteren Menschen.

Eine optimale Vitalstoffversorgung ist von vielen Faktoren abhängig – und das nicht nur im Alter. Einen großen Einfluss hat der Gesundheitszustand, Lebensführung, Rauchen, Übergewicht, Bewegung, genetische Veranlagungen und Medikamenteneinnahme.

So kann bei bestimmten Erkrankungen beispielsweise im Magen-Darm-Bereich die Vitalstoffaufnahme gestört sein. Auch häufig verschriebene Arzneimittel können zu einem Nährstoffmangel führen, weil sie die

Vitalstoffaufnahme im Darm hemmen, die Wirkung von Vitalstoffen beeinflussen oder ihre Ausscheidung über den Urin fördern. Dadurch kann ein Vitalstoffmangel entstehen.

Für Vitamin D gibt es eine Einnahmempfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung für Menschen über 65, die aufgrund von Mobilitätseinschränkungen wenig im Freien oder chronisch krank sind. Für die Aufnahme von Vitamin D brauchen wir Sonnenlicht. Weiterhin nimmt im Alter die Fähigkeit der Haut, Vitamin D zu bilden, ab. Über die Ernährung werden nur 10-20 % des Vitamins aufgenommen, so dass die Gefahr eines Mangels besteht. Dabei ist Vitamin D wichtig für die Knochen, zumal ein Mangel die Calciumaufnahme verringert und damit das Risiko erhöht, im Alter Knochenbrüche zu erleiden. Vitamin D ist auch wichtig für das Immunsystem, die Muskulatur und die Psyche.

Aufgrund der im Alter abnehmenden Produktion von Magensäure oder auch der Einnahme von sog. Säureblockern kann ein Vitamin-B12-Mangel entstehen. Bei häufigen Magenbeschwerden, Zungenbrennen, Taubheitsgefühlen, Müdigkeit und Erschöpfung kann der Vitamin-B12-Wert beim Arzt über eine Blutuntersuchung überprüft werden.

Zu häufig im Alter verordneten Arzneimitteln gehören „entwässernde“ Tabletten, die auch wasserlösliche Vitamine wie B-Vitamine, Vitamin C oder Mineralstoffe aus dem Körper spülen können.

Cholesterinsenker wirken auf die Leber und können zu einem Coenzym-Q10-Mangel und damit zu

Erschöpfungszuständen führen.

Manche blutzuckersenkenden Wirkstoffe, wirken sich auch auf die Folsäure- und Vitamin-B12-Versorgung aus. Ein Mangel dieser Vitalstoffe kann zu Gefäßveränderungen führen.

Aber auch die Einnahme mancher Schmerzmittel hat Auswirkungen auf die Vitalstoffversorgung, z.B. kann die Vitamin-C-Ausscheidung um das Dreifache erhöht sein.

Fazit: Eine optimale Vitalstoffversorgung ist von sehr vielen Faktoren abhängig und ein Mangel oft erst spät erkennbar. Wenn Sie wissen möchten, wie Ihre momentane Versorgung mit Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen und wichtigen Eiweißen ist und ob Umweltbelastungen eine Rolle spielen, sind Sie herzlich zur Messaktion vom 1.-26.11.21 in die Merkur-Apotheke, Lützner Str. 145, 04179 Leipzig eingeladen. Die Messung erfolgt spektroskopisch über Handelektroden. Die Kosten für über 50 Werte inkl. sofortige Auswertung und Beratung zum individuellen Bedarf betragen 29,90 Euro. Termine erhalten Sie vor Ort oder unter 0341-484970.

Kommen Sie einfach vorbei.

Merkur-Apotheke  
Lützner Str. 145, 04179 Leipzig  
☎ 0341 484970  
🌐 [www.meine-natur-apotheke.de](http://www.meine-natur-apotheke.de)

**MERKUR**  
**APOTHEKE**  
MEINE-NATUR-APOTHEKE.DE