

Miteinander.

Das Magazin der Volkssolidarität Leipzig



ZUSAMMEN IST MAN WENIGER ALLEIN

Selbstbestimmt und gemeinschaftlich
leben im Betreuten Wohnen

DIE PANDEMIE ALS MOTOR ZUR WEITERENTWICKLUNG

Elternarbeit in Zeiten von Corona

FREIE STELLEN IN UNSEREM STADTVERBAND

Auf Mitarbeitende warten attraktive
Arbeitgeberleistungen



Ostern genießen!

Ihr Menüservice
wünscht frohe Ostern

Zarter Kalbsbraten „à l'orange“

mit buntem Frühlingsgemüse
und Salzkartoffeln

Einwaage **470g**



M, Me, La, S

Art.-Nr. 4327

Jetzt nur 9,19€



Oster-
sonntag
17.04.

Gefüllter Braten von der Pute in kräftiger Soße

mit Brokkoli, Erbsen und
Möhren, dazu Spätzle

Einwaage **465**



G, G1, Ei, M, Me, La, S

Art.-Nr. 4783

Jetzt nur 9,19€



Oster-
montag
18.04.

Filetstücke vom Buntbarsch in Gurken-Dillsoße

mit Weißwein, dazu Möhren,
Staudensellerie, Kohlrabi und
Salzkartoffeln

Einwaage **490g**



Fi, M, Me, La, S

Art.-Nr. 4464

Jetzt nur 9,19€



Karfreitag
15.04.

🍴 ohne Gluten lt. Rezeptur 🍴 ohne Laktose lt. Rezeptur ☒ mit Alkohol Allergene: Fi = Fisch G = Gluten, G1 = Weizen, Ei = Eier, M = Milch (einschließlich Laktose), Me = Milcheiweiß, La = Laktose, S = Sellerie ○ Vollkost ● Angepasste Vollkost ● Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35 g Fett)

Weitere Nährwerte und Artikelinformationen unter: 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



10.000 NEUE MITMACHER GESUCHT!

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,
liebe Freundinnen und Freunde der Volkssolidarität,

stellen Sie sich vor, die Corona-Regularien entfallen und gleichzeitig würde sich in unserer Stadt ein neues Unternehmen ansiedeln und in einer Stellenausschreibung mit dieser Schlagzeile werben. Schlagartig eröffnen sich Horizonte für Kinder, die wieder miteinander spielen können, Eltern schöpfen Hoffnung und sehen Perspektiven, Seniorinnen und Senioren werden wieder umarmt. Ein positives Lebensgefühl für alle stellt sich ein.

Diese Vorstellung mutet derzeit an wie ein Traum. Es ist aber kein Traum, denn diese Pandemie wird enden und wir, die Volkssolidarität, die schon seit Jahrzehnten in Leipzig aktiv ist für soziales Miteinander, sucht diese 10.000 Mitmacher. Wir suchen Sie als Mitglieder, als aktive Menschen in Ehrenämtern und in Mitgliedergruppen oder als Mitstreiter in unseren Kindertagesstätten, unserer neuen Kinderwohngruppe, im TABULUGA Kinderheim, den Seniorenbüros, Betreuten Wohnanlagen, Altenpflegeheimen oder im ambulanten Pflegedienst, dem Hauswirtschaftsdienst und, und, und. Besuchen Sie doch einmal unsere Karrierewebsite. Sie werden überrascht sein, welche Chancen und Möglichkeiten sich bei uns eröffnen. Und lesen Sie in dieser Ausgabe auf Seite 11 nach, welche

Vorzüge eine Mitarbeit in unserem Stadtverband hat.

Das Mitgliederleben, sei es aktiv in unseren Mitgliedergruppen oder durch passive Unterstützung unserer Wohlfahrtsaktivitäten, ist ein Alleinstellungsmerkmal, welches uns von anderen Wohlfahrtsverbänden unterscheidet. Es ist unser „Miteinander-Füreinander-Gen“, wegen dem wir über das Mitgliederleben in allen Stadtteilen vor Ort direkt beim Menschen präsent sind und deshalb wissen, wo Hilfe erforderlich ist. Unser Ehrenmitglied Gisela Boldt beschreibt in ihrem Gastbeitrag auf Seite 10, wie sie Mitgliederarbeit derzeit erlebt.

Die Aktivitäten in unseren Mitgliedergruppen sind traditionell auf die Seniorenbetreuung ausgerichtet. Die Bandbreite der Aktivitäten möchten wir auf alle Bereiche des täglichen Lebens erweitern, weil wir diese Erwartung bei den Menschen verspüren. Dies sind beispielsweise die Unterstützung in der Elternarbeit, Hilfen für Alleinerziehende, Hilfen im Bereich der Jugendbetreuung, Hilfen bei drohender Wohnungslosigkeit, Hilfen bei drohender Insolvenz oder Arbeitslosigkeit.

Neben den neuen Tätigkeitsfeldern soll unser Mitgliederleben die Viel-



schichtigkeit unserer Stadtgesellschaft widerspiegeln. Wir möchten unser Leitbild „Miteinander-Füreinander“ in andere Kulturen hineinragen und auch zwischen Kulturen und Völkern vermitteln, was gerade vor dem Hintergrund des aktuellen Krieges zwischen Russland und der Ukraine umso notwendiger erscheint. Deshalb freuen wir uns über jedes neue Mitglied und jede neue Mitgliedergruppe aus anderen Kulturkreisen.

Und wir freuen uns besonders, wenn andere Vereine Interesse haben, mit uns zusammenzuarbeiten. Das Interesse von Unternehmern, Mitarbeitern aus allen Branchen und Verwaltungen oder auch Studenten an sozialen Aktivitäten mit der Volkssolidarität wäre eine tolle Bereicherung für unsere Gesellschaft.

Die Herausforderungen sind vielfältigster Art und wenn Sie mitmachen wollen, freuen wir uns auf Ihre Nachricht.

Ihr Thomas Demmer, Vorstand

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-Freisign

Redaktionsschluss: 04. März 2022
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: Katja Demuth; Seite 3: privat; Seite 4: Katja Demuth; Seite 6/7: Katja Demuth, Kristin Anderson; Seite 8: Anderer Kunstverein e. V., Grafik: masastarus/elements.envato.com; Seite 9: Katja Demuth; Seite 10: Gisela Boldt; Seite 12: Merkur-Apotheke, Katja Demuth

Karrierewebsite:

www.volkssolidaritaet-leipzig.de/karriere

Kontakt:

☎ 0341 35055-122
✉ mitgliedschaft@volkssolidaritaet-leipzig.de

Ihre Meinung ist uns wichtig!

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

Der Sozialreport der Stadt Leipzig, der im Dezember vorgestellt wurde, bestätigt es noch einmal: der Trend zur häuslichen Pflege setzt sich fort. Mehr als drei Viertel der zu pflegenden Seniorinnen und Senioren in unserer Stadt werden in den eigenen vier Wänden versorgt. Dabei wird die Pflege zu Hause bei nahezu 30 Prozent der Fälle durch einen ambulanten Pflegedienst unterstützt, wobei weiterhin den Angehörigen eine wichtige Rolle bei der Versorgung zukommt.

In den folgenden Ausgaben veröffentlichen wir eine Serie unter der Überschrift „Pflege zu Hause“, in der wir häufig gestellte Fragen aus unserer Pflege- und Sozialberatung beantworten.



Heidi Wittenbecher informiert bei ihren Hausbesuchen unsere Klientinnen und Klienten über Unterstützungsmöglichkeiten und ihre Finanzierung.

Pflege zu Hause

Teil 1

Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?

Viele Seniorinnen und Senioren treibt diese Fragen um: Was passiert, wenn ich krankheitsbedingt hilfe- bzw. pflegebedürftig werde? Kann ich dann noch in meiner Wohnung bleiben?

Vorangestellt: Es gibt vielfältige Möglichkeiten, sich für zu Hause Pflege und Unterstützung zu holen. Alle Optionen richten sich nach dem persönlichen Bedarf und können, nach erfolgter Antragstellung über die Pflegeversicherung bzw. über die Krankenkassen, finanziert werden. Ambulante Pflege- und Hauswirtschaftsdienste beispielsweise bieten Unterstützung beim Einkauf, Hilfe im Haushalt, körperbezogene Pflegemaßnahmen, medizinische Versorgung und Betreuung im Alltag an. In Absprache mit dem Hilfebedürftigen und seinen Angehörigen wird ein individueller Versorgungsplan erstellt und die konkrete Hilfe organisiert. Bei medizinischen Leistungen, wie Medikamentengabe oder Verbandswechsel, ist eine Verordnung des Haus- oder eines Facharztes notwendig. Versorgen Familienangehörige,

gibt es für sie entsprechende Unterstützungs- und Entlastungsangebote. Außerdem werden Pflegekurse für pflegende Angehörige angeboten, die auch für den Austausch mit Menschen in vergleichbaren Lebenssituationen wertvoll sein können.

Aber auch in anderen Bereichen sind Entlastungen im Alltag denkbar. So gibt es die Möglichkeit „Essen auf Rädern“ zu bestellen, sodass täglich eine warme Mahlzeit ins Haus geliefert wird. Lebt der Hilfebedürftige allein, ist überdies ein Hausnotrufgerät zu empfehlen. In dringenden Notfällen ist eine 24-stündige Rufbereitschaft, die auch auf Angehörige weitergeleitet werden kann, garantiert. Zudem bieten Sanitätshäuser vielfältige Hilfsmittel an, um den Alltag zu erleichtern. Übrigens: In Absprache mit dem Hausarzt können bestimmte Hilfsmittel über ein Rezept verordnet und von den Pflegekassen finanziert werden.

Auch mit kleinen Dingen kann man das Wohnumfeld altersgerecht gestalten. Wichtig ist: Man sollte die eigene Wohnung so ausstatten, dass Stolperfallen und unnötige Gefahren-

quellen vermieden werden. Wichtig sind ausreichende Lichtquellen, rutschfeste Hausschuhe und Möglichkeiten, sich festzuhalten. Hat man einen Pflegegrad bietet die Pflegekasse Unterstützung bei bestimmten wohnumfeldverbessernde Maßnahmen an.

Für den Fall der Fälle braucht es eine Vorsorgevollmacht. Mit ihr sollte man absichern, dass Angehörige bestimmte Dinge bei Behörden, Krankenkassen, Ärzten und anderen Stellen regeln können, wenn man selbst dazu nicht in der Lage ist.

Heidi Wittenbecher,
Pflege- und Sozialberaterin

Haben Sie Fragen zum Thema „Pflege zu Hause“?

Dann schreiben Sie an:

✉ magazin@volkssolidaritaet-leipzig.de

Ansonsten steht Ihnen unsere Pflege- und Sozialberaterin Heidi Wittenbecher gern zur Verfügung.

☎ 0341 69767 200
✉ h.wittenbecher@volkssolidaritaet-leipzig.de



AUSZEIT IM NATURPARADIES

Lassen Sie vom 3. bis 10. Juli die Seele baumeln und verbringen Sie erlebnisreiche Tage im Vogtland. Untergebracht sind Sie im Hotel „Haus am Ahorn“ in Kottenheide. Auf mehreren Halb- und Tagesausflügen erkunden Sie von hier die Region, so Schönheide, Falkenstein und Giegeggrün. Der Reisepreis beträgt 655,50 Euro (EZ-Zuschlag: 35 Euro). Wer mehr zur Reise erfahren möchte, ist herzlich am 23. März, 14 Uhr, in das Seniorenbüro Süd, Prinz-Eugen-Straße 1, eingeladen.

Kontakt und Anmeldung zur Reise:

Cordula Wenske

☎ 0341 3913971

TAGESPFLEGE ÖFFNET IHRE TÜREN

Unsere Tagespflege für Seniorinnen und Senioren bietet pflegenden Angehörigen montags bis freitags eine willkommene Entlastung bei der Pflege zu Hause. Das Team ist für Besucherinnen und Besucher mit und ohne Pflegegrad da und freut sich auf neue Gäste. Ihr Wohlbefinden steht an oberster Stelle. Neben der sozialen Betreuung liegt das Augenmerk auf der pflegerischen Versorgung. Für Samstag, den 30. April lädt die Einrichtung von 10 bis 13 Uhr zu einem Tag der offenen Tür ein.

Kontakt und Anmeldung:

Tagespflege für Seniorinnen und Senioren

Demmeringstraße 127 ☎ 0341 35055-171

SPIELFREUDIGE PLANEN NÄCHSTEN COUP

Die Theatergruppe „Die Spielfreudigen“ probt wieder! In einer Zeit, in der die Zukunft immer unsicherer erscheint, ist es manchmal einfacher, sich an altbekannten Gegenständen und Erinnerungen aus der Vergangenheit festzuhalten, oder? Genau mit diesem Thema beschäftigen sich „Die

Spielfreudigen“ und wühlen sich gerade durch verstaubte Dachböden, tiefe Schubladen und die Rumpelkammer. In Kooperation mit dem Stadtverband bringen die Seniorinnen und Senioren des Schauspiel Leipzig seit 2014 vielseitige Theaterprojekte auf die Bühne.

Und die Bühne ruft: Gemeinsam mit dem Theater der Jungen Welt und der Oper Leipzig gestaltet das Schauspiel Leipzig im Sommer zum zweiten Mal

das große gemeinsame Theaterclubfestival ClubFusion. Da können Sie dann herausfinden, welche Erinnerungen und Geschichten aus alten Zeiten die Mitspielenden der Spielfreudigen bewegen.

Amelie Gohla, Schauspiel Leipzig

Weitere Informationen folgen in Kürze auf www.clubfusion.de.



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

Zusammen ist man weniger allein

Selbstbestimmt und gemeinschaftlich leben im Betreuten Wohnen

Der Wunsch nach einem selbstständigen Leben in den eigenen Wänden bleibt ein Leben lang bestehen. Wohnkonzepte, wie das Betreute Wohnen oder auch Service-Wohnen, helfen Seniorinnen und Senioren dabei, ihren Alltag zu erhalten.

Betreute Wohnanlagen bieten ein selbstbestimmtes Leben in einem altersgerechten Wohnumfeld, mit guter Infrastruktur und zumeist barrierefreien Wohnungen. Gleichzeitig können Bewohnerinnen und Bewohner auf eine gute Versorgungsstruktur zurückgreifen. Von der

Vermittlung von Dienstleistungen bis hin zu pflegerischen Hilfen, die im Bedarfsfall schnell in Anspruch genommen werden können. Betreute Wohnanlagen bieten Unterstützung in allen Lebenslagen. Dies schafft Entlastung sowie Vertrauen und Sicherheit. Nicht zuletzt macht das Gemeinschaftsleben mit einem vielfältigen Freizeitangebot aus Kursen, Veranstaltungen, Begegnungsangeboten sowie die Nutzung von Gemeinschaftsräumen, einen attraktiven Faktor aus und beugt der Einsamkeit im Alter vor.

Seit mehr als 20 Jahren gehört das seniorengerechte Wohnen fest zu den Angeboten unseres Stadtverbandes. In unseren Wohnanlagen stehen den Bewohnerinnen und Bewohnern Teams mit festen Ansprechpersonen zur Verfügung.

Auf dieser Doppelseite stellen wir Ihnen unsere Wohnanlagen mit ihren jeweiligen Angeboten und Besonderheiten vor.

Mehr Informationen finden Sie unter: www.volkssolidaritaet-leipzig.de/seniorenangebote

UNSERE WOHNANLAGEN IM ÜBERBLICK



1

ausgezeichnete Lage
Kultur und Natur direkt
vor der Haustür



Betreutes Wohnen

„Domizil am Ring“

Lage: Ranstädter Steinweg 6-22 (Zentrum-West)

Größe: 105 Wohnungen (2- und 3-Raum-Wohnungen)

Unsere Angebote: In unserem Gartenhaus finden von Montag bis Freitag täglich wechselnde Angebote wie Musik- oder Spielenachmittage, Gedächtnistraining und Bingo oder auch sportliche Aktivitäten statt. Höhepunkte sind unsere Halbtagesfahrten, ein Moderverkauf mit Modenschau und natürlich unsere klassischen Konzerte. Neben dem täglichen Angebot eines Mittagessens, gibt es bei uns monatlich ein Frühstücksbuffet.

Kontakt: Katharina Schönherr, Leiterin

☎ 0341 2425004

✉ domizilamring@volkssolidaritaet-leipzig.de



2

kleine, familiäre Wohnanlage
unser Innenhof - eine grüne Oase



Betreutes Wohnen

„Seniorenresidenz“

Lage: Schenkendorfstraße 17 HH/17 a (Südvorstadt)

Größe: 49 Wohnungen (1- und 2-Raum-Wohnungen)

Unsere Angebote: Unsere Angebote sind vielseitig und werden mit den Bewohnerinnen und Bewohnern auf deren Bedürfnisse abgestimmt. Das Bingo, der Reha-Sport, unsere Ausfahrten im Sommer, die Musiknachmittage sowie die jahreszeitlichen Feste sind sehr beliebt. Durch unseren begrünten Innenhof haben wir auch die Möglichkeit zu grillen und sitzen viel an der frischen Luft.

Kontakt: Petra Holland, Leiterin

☎ 0341 3017365

✉ seniorenresidenz@volkssolidaritaet-leipzig.de

3

zentrale Lage nahe Innenstadt
Friseur, Fußpflege und
Physiotherapie direkt im Haus



„Betreutes Wohnen zu Hause“

Lage: Arthur-Hoffmann-Straße 4-6 (Zentrum-Süd)

Größe: 269 Wohnungen (1-3-Raum-Wohnungen)

Angebote vor Ort: In unserem Gemeinschaftsraum bieten wir täglich soziale, sportliche und kulturelle Angebote sowie optional einen Mittagstisch und Kaffeetrinken an. Zu unserem Programm gehören Kreativangebote, Gedächtnistrainings, Kartenspiele, Lese- und Musikhinrichtungen, Bewegungsübungen und Vorträge.

Kontakt: Lea Wetzig, Leiterin

☎ 0341 2254664

✉ BWZH@volkssolidaritaet-leipzig.de

5

barrierefreie Wohnanlage
Einkauf, Ärzte, Apotheke und
Post unter einem Dach



Betreutes Wohnen

„Forum Leipzig-Lindenau“

Lage: Saalfelder Straße 12-18 (Neulindenau)

Größe: 165 Wohnungen (1-3-Raum-Wohnungen)

Unserer Angebote: Zu unseren Angeboten zählen das allseits beliebte Gedächtnistraining, Gymnastik, kreatives Gestalten oder auch musikalische Veranstaltungen. Höhepunkte sind Modenschauen, die Faschingsveranstaltungen und unser Weihnachtsmarkt. Entsprechend der Interessenlage unserer Bewohnerinnen und Bewohner planen wir einen Literaturkreis, Stadtrundfahrten sowie eine virtuelle Stadtführung.

Kontakt: Heike Storzer, Leiterin

☎ 0341 4954100

✉ forumLL@volkssolidaritaet-leipzig.de

4

moderner Hochhaus-Neubau
barrierefreie Wohnungen
großer Gemeinschaftsgarten



Service-Wohnen im

„Lipsia-Turm“

Lage: Miltitzer Allee 32 (Grünau)

Größe: 60 Wohnungen (1-3-Raum-Wohnungen)

Angebote vor Ort: Die Mieterinnen und Mieter können die hauseigene Cafeteria, mit einem täglichen Angebot aus Mittagessen, Kaffee, Kuchen, Eis, Getränken und Snacks, besuchen. Vielseitige Angebote wie z. B. Sitzgymnastik, Gedächtnistraining, Bingo- und Kaffeemittagessen, aber auch Lesungen oder Vorträge runden das Angebot ab. Als besonderen Höhepunkt wird es in diesem Jahr ein großes Sommerfest geben, außerdem planen wir einen Besuch im Zoo Leipzig und eine Tagesfahrt.

Kontakt: Silke Eilenberger, Leiterin

☎ 0341 26185078

✉ Servicewohnen.Lipsiaturm@volkssolidaritaet-leipzig.de

Veranstaltungshinweis:



WIR BEANTWORTEN IHRE FRAGEN!

Am Mittwoch, den 27. April um 16:30 Uhr laden wir Sie herzlich zu einer Online-Informationsveranstaltung zum Betreuten Wohnen ein. Unsere Bereichskoordinatorin Silke Eilenberger stellt Ihnen noch einmal ausführlich die Wohnform des Betreuten Wohnens vor, gibt einen Überblick zu unseren Wohnanlagen und Angeboten und beantwortet Ihre Fragen, die Sie uns gern vorab schreiben können.

Bitte melden Sie sich per Mail oder telefonisch an.

✉ veranstaltungen@volkssolidaritaet-leipzig.de

☎ 0341 35055138

Den Link zur Online-Veranstaltung erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung per E-Mail rechtzeitig vor dem Termin.



WILLKOMMEN IM ERBSEN MUSEUM!

Zu einem ganz besonderen Erlebnis sollte das Projekt „Erbsenprobe“ im „Haus Kinderland“, für 25 Kinder in ihrem letzten Kindergartenjahr werden. Und das wurde es! Gemeinsam mit dem Anderen Kunstverein e. V. wurde das Projekt im Zeitraum von Juni bis Oktober letzten Jahres an mehreren Terminen realisiert. Aufgeteilt in zwei Gruppen erarbeiteten die Kinder gemeinsam Jasmin Jerat und Thomas Lindenberg von dem Verein verschiedenste Themen. Dabei drehte sich immer alles um die Erbse.

Mittelpunkt des Projekts war dabei die Geschichte mit der Erbse, welche zu jedem Termin gelesen und jedes Mal leicht abgewandelt wurde. Es wurde gespielt, gebastelt und andere Geschichten erzählt.

Mit der Geschichte vom kleinen Blau und dem kleinen Gelb bekamen die Kinder spielerisch die Lehre der Farben vermittelt. Dabei fanden sie u. a. heraus, was passiert, wenn zwei Farben sich „umarmen“. Sie lernten verschiedene Formen kennen, bildeten als Gruppe selbst Formen im Raum und zeichnen Formen mit Linien oder Flächen. In der Druckwerkstatt experimentierten sie mit Gemüse, schnitzten Formen in Kartoffeln und entdeckten, dass sich Brokkoli sehr gut zum Drucken von Bäumen und Salat für Rosen eignet.

Spielerisch gingen die Kinder auch der Frage „Bist du groß oder klein?“ nach und befassten sich dabei mit Größen und Verhältnissen. Dabei haben sie kleine und große Erbsen gesucht, sich darunter versteckt oder

daraufgelegt, haben eine Erbsenkette gebildet und natürlich wurden sie auch gemessen. Aus verschiedensten

„BIST DU GROSS ODER KLEIN?“

Materialien bastelten sie Holzlöffelpuppen, die alle etwas können: Auf einer Erbse liegen, malen, schlafen, auf Bäume klettern und mehr. Auch mit den Sinnen und Gefühlen wurde gearbeitet. Sie ertasteten Erbsen, probierten den Geschmack von Grünem und Rundem aus, spürten mit dem ganzen Körper und gaben mit gebastelten Erbsenmasken ihren Gefühlen Ausdruck.

Heraus kam am Ende des Projektes ein gedrucktes Heft namens „Das Erbsenmuseum“, welches jedes Kind als Erinnerung an dieses einmalige Projekt mitnehmen konnte.

Kristin Anderson

EHRENAMTLICHE FÜR'S „HAUS KINDERLAND“ GESUCHT!

Wir, das Krippenteam der Kita „Haus Kinderland“ in Grünau, suchen Menschen, die Freude an der Arbeit mit Kindern im Alter von einem bis drei Jahren haben und bei Ausflügen in die „Welt der Fantasie“ oder in das Umfeld unterstützen möchten.

wir es uns dann gemütlich und erzählen gemeinsam mit unseren Krippenkindern Geschichten. Dazu nutzen wir Handpuppen und Erzählsteine, um die Kinder in die Erzählungen einzubeziehen.

Und immer freitags, zwischen 9 und 11 Uhr, heißt es bei uns: „**Raus in die große weite Welt**“. Die Ausflüge und Spaziergänge ins Umfeld sind Highlights für unsere Krippen Kinder.

Montags, zwischen 9.30 und 10.30 Uhr, ist bei uns „**Erzählgeschichtenzeit**“. In unserer Lesecke machen

Möchten Sie uns unterstützen? Dann freuen wir uns auf Ihre Nachricht.

Kontakt:

Julia Knigge, Leiterin Kita „Haus Kinderland“

☎ 0341 9412130

✉ j.knigge@volkssolidaritaet-leipzig.de

Nicht das richtige Ehrenamt dabei? Unter www.volkssolidaritaet-leipzig.de finden Sie weitere Engagementsmöglichkeiten!



DIE PANDEMIE ALS MOTOR ZUR WEITERENTWICKLUNG

Elternarbeit in Zeiten von Corona



Corona – ein Thema, welches die sächsischen Kindertagesstätten nun bereit seit dem 18. März 2020 in ihrer Arbeit beeinflusst. Seither unterliegen die Kindertagesstätten einem stetigen Wechsel zwischen Notbetreuung, eingeschränktem Regelbetrieb, Quarantänen bzw. Gruppenschließungen und dem Versuch, wieder ein bisschen Normalität zurückzugewinnen.

Für alle Beteiligten ist dies eine belastende Situation. Die Kontakte sowie die Kommunikation miteinander wurden zu einem unfassbaren Schatz. Dennoch hat alles auch eine gute Seite. Die Situation bietet die Chance, sich weiterzuentwickeln. Zum Beispiel beim Schaffen neuer Kontakt- und Kommunikationsmöglichkeiten mit Familien.

Wir als Kita „Max und Moritz“ haben diese Chance, nach einem Moment der Starre und Hilflosigkeit, für uns und die Familien konstruktiv genutzt. Die pädagogischen Fachkräfte spürten den „Verlust“ wichtiger Erziehungs- und Bildungspartner, den Eltern, in ihrer pädagogischen Arbeit sehr deutlich. Mit Einsetzen der Notbetreuung herrschte plötzlich Stille. Deshalb gingen wir in den Austausch und die Diskussion, um neue Möglichkeiten zu schaffen. Dabei sind sehr wertvolle und gewinnbringenden Methoden entwickelt worden, welche auch weiterhin Bestandteil unserer pädagogischen Arbeit bleiben sollen.

Unsere erste Maßnahme war das Erstellen gruppenbezogener E-Mail-Verteiler, um wichtige Informationen schnell und effizient weiterleiten zu können. Mit dem Einsetzen der Testpflicht für Eltern, um die Einrichtung betreten zu dürfen, erstellten wir kleine Informationszettel. Diese nutzten wir, um Eltern über das Wohlergehen oder dringende kindbezogene Details zu informieren. Da uns bewusst ist, dass Eltern auch über die pädagogische Arbeit in den Gruppen informiert sein möchten, entwickelte eine Kollegin des Hauses unseren „Wochenrückblick“, welcher per E-Mail einmal wöchentlich an die Eltern versandt wird. Ebenso standen die Entwicklungsbeobachtungen und -dokumentationen in den letzten Monaten nicht still. So probierten wir andere Wege zum Austausch mit den Eltern, beispielsweise über telefonische Entwicklungsgespräche. Mit dem Elternrat verlieb die Kita-Leitung über Videokonferenzen und E-Mails im Kontakt. Die Fachkräfte verfassten für

die jeweiligen Gruppenbereiche Elternbriefe, welche wir vor Weihnachten an alle versandten, um zumindest in einem kleinen Maße die Themen der ausgefallenen Elternnachmittage aufzugreifen und mitzuteilen.

Es ist also eine Vielfalt an Möglichkeiten, die zwar nicht direkten Kontakt oder Kommunikation ersetzt, aber dennoch Beziehungen aufrechterhalten lässt, entstanden.

Wir möchten uns auf diesem Wege, bei allen Unterstützern, Feedbackgebern und Engagierten von ganzem Herzen bedanken. Unser Ziel ist es, auch weiterhin in einem konstruktiven und wertschätzenden Austausch zu bleiben.

*Jeannette Brosowski
stellv. Leiterin, Kita „Max und Moritz“*

Rückblick Ausgabe 3/2021

Spendenaktion 2021 Herzenswünsche

Wir sind überwältigt!

Über 21.300 Euro wurden zu unserer Spendenaktion 2021 gesammelt. Herzlichen Dank an alle, die dazu beigetragen haben!



LEBEN MIT DEM VIRUS – ABER WIE?

Gruppenarbeit unter pandemischen Bedingungen

Seit zwei Jahren hat uns Corona fest im Griff. Viren mit klangvollen Namen aus dem griechischen Alphabet greifen in Wellen an und suchen sich ihre Opfer, die Menschen, denn davon leben sie.

Wir Menschen aber sind soziale Wesen, die Kontakte brauchen, sich treffen, gemeinsam Interessantes erleben wollen. Und das ist das Problem, das wir seit 24 Monaten haben. In unserem Drang zum Miteinander bieten wir die besten Angriffsflächen für Viren aller Art. In vielen Vereinen ist die Gruppenarbeit deshalb zeitweise völlig zum Erliegen gekommen. So auch in unserer Mitgliedergruppe 727 in Leipzig-Grünau. Von einst geplanten 20 Veranstaltungen 2020 und 2021 konnte nur die Hälfte stattfinden. Auch unser Veranstaltungsort, eine kleine Gaststätte, musste schließen. Die Absagen wurden von unseren Mitgliedern zwar mit Bedauern, aber auch mit großem Verständnis aufgenommen.

Das bedeutete jedoch nicht, dass das Mitgliederleben völlig auf null zurückgefahren wurde. Wenn wir uns schon

nicht treffen konnten, haben wir uns telefonisch ausgetauscht, nach dem Befinden erkundigt. In hohem Maße hat dazu auch die Impfkation des Stadtverbandes mit dem Deutschen Roten Kreuz beigetragen. Dafür kann man nicht genug dankbar sein. Auch das aller Vierteljahre erscheinende Magazin MITEINANDER ist wichtig für den Zusammenhalt der Gruppen. Besuche bei Geburtstagen oder anderen Gelegenheiten, natürlich unter Beachtung aller Vorsichtsmaßnahmen, tragen ebenfalls dazu bei, das Zusammengehörigkeitsgefühl zu stärken. Denn auch wenn man nicht krank ist, Corona hat Auswirkungen auf jeden Menschen. Die selbstgewählte Isolation, das Vermeiden von Kontakten, selbst in der Familie, das Achten auf Abstand, das Tragen einer Maske – alle diese Einschränkungen, die nun schon seit zwei Jahren unseren Alltag bestimmen, wirken sich negativ aus. Auch wenn das mancher nicht wahrhaben will.

Wie dankbar deshalb Lockerungen aufgenommen wurden und einige der geplanten Veranstaltungen stattfinden konnten, haben wir nicht nur an unseren Mitgliedern festgestellt, sondern auch an den Referenten, die glücklich waren, wieder vor einem Publikum aus Fleisch und Blut agieren zu können.

Bei allen Vorsichtsmaßnahmen werden wir uns auf ein Leben mit dem Virus einstellen müssen. Dreifach geimpft und mit vorsichtigem Optimismus wollen wir uns im März zum Internationalen Frauentag (*) wieder treffen. Sicherheitsgarantie dafür sind auch unsere Wirtsleute, die nur Gäste mit den gültigen Impfunterlagen willkommen heißen.



Molière-Denkmal in Pézenas



Pont du Gard

Und im April wird es dann endlich den mehrfach verschobenen Lichtbildervortrag zu Südfrankreich geben. Wir werden unter anderem Pézenas besuchen, wo der 1622 (vor 400 Jahren!) geborene Molière mit seiner Wandertuppe spielte, bevor er an den Hof Ludwigs XIV. ging. Ebenso bewundern wir die römische Wasserleitung Pont du Gard, eine architektonische Meisterleistung. Freuen wir uns also auf einen Frühjahrsbesuch in unserem Nachbarland mit viel Kultur und Geschichte.

Der Frühling, die immer stärker wärmende Sonne, die schützenden Impfungen und unsere Vorsicht werden auch die aktuelle Welle brechen helfen. Seien wir optimistisch.

Gisela Boldt,
Mitgliedergruppe 727

(*) Redaktionsschluss dieser Ausgabe:
04. März 2022

Veranstaltungshinweis Südfrankreich IN BILDERN



Mo, 04.04.2022 14.30 Uhr

Was haben Parmaveilchen mit Toulouse zu tun? Von wem wurde der Canal du Midi gebaut und warum? Warum endeten die Katharer auf Scheiterhaufen? Wer war Toulouse-Lautrec? Antworten auf diese und viel mehr Fragen werden am 4. April beim Dia-Vortrag über Natur, Kultur und Geschichte im Südwesten Frankreichs gegeben.

Um Anmeldung wird gebeten.

Seniorenbüro Alt-West
Saalfelder Straße 12

☎ 0341 49541102

FREIE STELLEN IN UNSEREM STADTVERBAND



Auf Mitarbeitende warten
attraktive Arbeitgeberleistungen



SOZIAL BRAUCHT KOMPETENZ

11

Unser Stadtverband ist ein wachsender Arbeitgeber im sozialen Bereich Leipzigs. Zuletzt öffneten 2020 bzw. 2021 die Kindertagesstätten „Spiel(T)Raum“ und „BG 17“ sowie die Kinderwohngruppe. Für unsere Einrichtungen und Dienste sucht unser Stadtverband Mitarbeitende für die bestehenden Teams.

Derzeit sind wir auf der Suche nach:

- **Pflegefachkräfte/Altenpfleger (m/w/d)**
für unsere Altenpflegeheime und unseren ambulanten Pflegedienst
- **Pädagogische Fachkräfte/Erzieher (m/w/d)** für unsere Kindertagesstätten sowie Kinderwohngruppen
- **Pflegekräfte (m/w/d)**
für unseren ambulanten Pflegedienst
- **Auszubildende zum Pflegefachmann (m/w/d)**

Alle Stellenangebote und weitere Informationen finden Sie unter: www.volkssolidaritaet-leipzig.de/karriere

Ausgewählte Arbeitgeberleistungen:

- ✓ unbefristeter Arbeitsvertrag
- ✓ eine sehr gute Bezahlung in Anlehnung an den TVöD, zzgl. Sonderzahlungen
- ✓ eine monatlich aufgeladene Guthabenkarte
- ✓ 30 Tage Urlaub und zusätzliche freie Tage
- ✓ berufliche Perspektiven, Qualifizierungs- und Weiterentwicklungsangebote
- ✓ familienfreundliche Dienstpläne
- ✓ eine Willkommensprämie für alle Pflegefachkräfte im ambulanten und stationären Dienst
- ✓ eine Willkommensprämie für Pflegekräfte im ambulanten Dienst
- ✓ arbeitgeberfinanzierte betriebliche Altersvorsorge
- ✓ Jobticket
- ✓ Kita-Betreuungsplätze



5 %
Beitragsvorteil
exklusiv
für Sie

Sicherheit für ein aktives Leben.

Als Mitglied Volkssolidarität erhalten Sie exklusive Konditionen.

Die ERGO Unfallversicherung sorgt dafür, dass Ihre Lebensqualität auch nach einem schweren Unfall erhalten bleibt. Mit finanziellem Schutz und persönlicher Beratung. Unsere Unfallversicherung „Smart“ oder „Best“ können Sie ganz einfach um individuelle Bausteine erweitern. So erhalten Sie und Ihre Familie genau die Absicherung, die zu Ihrem Leben passt.

Haben Sie Interesse? Dann wenden Sie sich an uns:

ERGO Beratung und Vertrieb AG
Regionaldirektion Erfurt//55plus
Am Roten Berg 7, 99086 Erfurt
Tel 0361 66377-14
m88426@ergo.de



Mehr darüber erfahren Sie unter:
www.ergo.de/vereine-und-verbaende

ERGO

Mobil und beweglich



**Ein Gastbeitrag von
Astrid Cebulla**

Zwischen dem 50. und 90. Lebensjahr steigt die Häufigkeit von Knochenbrüchen um das Zwei- bis Vierfache pro Jahrzehnt. Eine Ursache dafür ist die Abnahme der Knochendichte mit zunehmendem Alter. Sinkt diese unter einen bestimmten Wert, spricht man von der Krankheit Osteoporose oder „Knochenschwund“. Frauen haben, besonders nach den Wechseljahren, ein fast doppelt so hohes Risiko wie Männer, an Osteoporose zu erkranken, weil das knochenschützende Hormon Östrogen sinkt. Aber auch bei Männern steigt das Risiko mit dem Alter an.

Bei der Entstehung der Erkrankung spielt die Lebensweise und Bewegung eine wichtige Rolle. So schwächen ein Spurenelement- und Mineralstoffmangel, besonders Kalzium- und Vitamin-D-Mangel, Rauchen und regelmäßiger Alkoholkonsum die Knochendichte.

Auf keinen Fall ist es ratsam, sich aufgrund einer verminderten Knochendichte körperlich zu schonen. Dies verstärkt das Problem nur noch mehr. Regelmäßige Bewegung hingegen regt den Knochenstoffwechsel an, kräftigt die Muskulatur und Gleich-

gewicht sowie Beweglichkeit werden gefördert. Damit sinkt das Sturzrisiko, eine der Hauptursachen für Knochenbrüche im Alter.

Eine weitere wichtige Säule für starke Knochen ist eine möglichst vielseitige kalziumreiche Ernährung. Dazu gehören Kartoffeln und Vollkorn-Getreideprodukte, mehrmals täglich frisches Obst und grünes Gemüse, Milch und Milchprodukte, Käse und Mineralwasser mit hohem Kalziumgehalt. Vermeiden Sie dagegen fettreiche Lebensmittel, zu viel Fleisch und Wurst. Gehen Sie sparsam mit Zucker und Salz um.

Eine besondere Bedeutung für unsere Knochenstabilität hat das Vitamin D. Die wichtigste Quelle für Vitamin D ist das Sonnenlicht. Schon 15 bis 20 Minuten täglich an der frischen Luft spazieren gehen reichen aus, damit der Körper über die Haut genügend aktives Vitamin D bilden kann.

Eine Osteoporose bleibt oft un bemerkt. Wer familiär vorbelastet ist, unter häufigen Rückenschmerzen leidet, Knochenbrüche ohne erkennbaren Anlass hat, die Körpergröße abnimmt oder Zähne ausfallen, sollte sich hinsichtlich Osteoporose untersuchen lassen. Auch die Einnahme bestimmter Medikamente kann als

Nebenwirkung knochenschädigend sein und sollte sorgfältig überwacht werden. Dazu gehört die Einnahme von Kortisonpräparaten, Antidepressiva, Antiepileptika, Blutverdünnern und Krebsmedikamenten.

Eine erste Vorsorgeuntersuchung zur Beurteilung der Knochenqualität ist die Knochendichtemessung. In der Merkur Apotheke können Sie Ihre Knochenqualität messen lassen und erhalten direkt im Anschluss fachkundige Beratung zu Ernährung, Mineralstoff- und Vitamin D Versorgung. Vereinbaren Sie einfach einen Mess- und Beratungstermin telefonisch oder direkt vor Ort.



Merkur-Apotheke
Lützner Str. 145, 04179 Leipzig
☎ 0341 484970
🌐 www.meine-natur-apotheke.de

*Fortsetzung der Reihe
in der folgenden Ausgabe.*

- 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 www.gromke.de

