

Miteinander.

Das Magazin der Volkssolidarität Leipzig

A photograph of two children, a boy and a girl, sitting at a table and playing chess. The boy is in the foreground, wearing a grey long-sleeved shirt with a white graphic, and is smiling as he moves a piece. The girl is in the background, wearing a pink shirt, and is looking at the board. The chessboard is in the foreground, showing several pieces.

AUF EINE SCHACHPARTIE MIT HERRN RUDOLPH

Die Schach-AG der Kita „Max und Moritz“
stellt sich vor

HILFE UND UNTERSTÜTZUNG IN VIELFÄLTIGEN LEBENSLAGEN

Unsere offenen Senioreneinrichtungen vorgestellt

AUF GUTE NACHBARSCHAFT

Ein Jahr Kinderwohngruppe in der
Bernhard-Göring-Straße

Köstlicher Spargel!

Ihr Menüservice
wünscht guten Appetit!

**Schweine-
geschnetzeltes in
Kräuter-Rahmsoße,**
dazu grüner und weißer Spargel
in cremiger Soße und Knöpfle-
spätzle

Einwaage **490g**



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

Art.-Nr. 4196

Jetzt nur 9,19€



Do. 02.06.
Do. 23.06.
2022

**Zarte Hähnchen-
medaillons**

in Orangen-Buttersoße mit
Spargelstückchen, dazu
Kartoffeln mit Schale

Einwaage **470**



G, G1, M, Me, La, S

Art.-Nr. 4781

Jetzt nur 9,19€



Sa. 04.06.
Mi. 22.06.
2022

**Weißer
Stangenspargel**

mit Soße à la Hollandaise, dazu
ein Schweineschnitzel und Salz-
kartoffeln

Einwaage **490**



G, G1, M, Me, La, S

Art.-Nr. 4188

Jetzt nur 10,69€



Pfingst-
sonntag
05.06.
Fr. 24.06.
2022

**Nudeltaschen
mit Bärlauch-
füllung**

in cremiger Soße, dazu grüner
und weißer Spargel sowie
bunte Möhren

Einwaage **460g**



G, G1, Ei, M, Me, La

Art.-Nr. 4567

Jetzt nur 8,19€

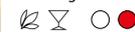


Fr. 03.06.
Mo. 20.06.
2022

**Weißer
Stangenspargel**

in Soße à la Hollandaise
mit Rührei und kleinen
Kartoffeln mit Schale

Einwaage **490g**



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

Art.-Nr. 4503

Jetzt nur 9,19€



Pfingst-
montag
06.06.
Di. 21.06.
2022

🌿 vegetarisch 🐷 enthält Zutaten vom Schwein 🍷 mit Alkohol ○ Vollkost ● Angepasste Vollkost ● Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35 g Fett)

Allergene: G = Gluten, G1 = Weizen, Ei = Eier, M = Milch (einschließlich Laktose), Me = Milcheiweiß, La = Laktose, S = Sellerie

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

VOLKSSOLIDARITÄT
Stadtverband Leipzig e.V.

Tel. 0341-33755040*

* Mo.-Fr. 8.00 bis 18.00 Uhr

Auch online bestellbar unter:

www.ihr-menueservice.de/vs-leipzig



Hier geht's zum Online-Shop.

HILFE FÜR DIE UKRAINE

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

seit Ende Februar bestimmt der Ukrainekrieg die öffentliche Berichterstattung. Das große Wort der „Zeitenwende“ steht im Raum, die Bilder, die uns Tag für Tag erreichen, schockieren – sie machen uns fassungslos und sehr traurig. Unser Stadtverband fordert gemeinsam mit unserer Verbandspräsidentin Susanna Karawanskij die unverzügliche Einstellung jeglicher Kampfhandlungen.

Wir als Stadtverband der Volkssolidarität solidarisieren uns mit den unschuldigen Zivilisten in diesem Krieg. In den letzten Wochen ist eine Vielzahl von Spenden- und Unterstützungsaktionen gestartet worden, in Leipzig und deutschlandweit. Wir können uns im Rahmen unserer Möglichkeiten an der Hilfe im Kleinen und Konkreten beteiligen. Anfang März starteten wir einen Spendenaufruf mit dem Anliegen, das Engagement regionaler Initiativen zu unterstützen. Zum Redaktionsschluss kamen bereits 2.400 Euro zusammen. Aus Eigenmitteln unseres Vereins haben wir diesen Betrag verdoppelt und zur Hälfte sowohl an den UKRAINE-KONTAKT e.V. Leipzig als auch an den Verein Leipzig helps Ukraine weitergeleitet, um deren Aktivitäten

zugunsten der Menschen aus der Ukraine in unserer Stadt zielgerichtet zu unterstützen.

GELD AUCH AN
LEIPZIGER TAFEL

Aber auch andere Leipziger Organisationen benötigen Unterstützung, so zum Beispiel die Leipziger Tafel. Der Verein sucht händeringend Ehrenamtliche, die ein bis zwei Tage pro Woche bei der Tafel arbeiten können. Interessierte können sich an die Tafel wenden und sich über Unterstützungsmöglichkeiten informieren. Unser Stadtverband unterstützt die Leipziger Tafel überdies mit einer Spende von 2.500 Euro.

Darüber hinaus haben wir in den letzten Wochen die ersten ukrainischen Kinder in unseren Kindertagesstätten begrüßen dürfen und freuen uns, dass die Elternschaft, das Kollegium und vor allem die Kinder ihnen einen herzlichen Empfang bereitet haben. Doch Sprachbarrieren erschweren die tägliche Arbeit. Deshalb suchen wir Menschen, die idealerweise über



russische bzw. ukrainische Sprachkenntnisse verfügen und sich für andere engagieren möchten. Die Einsatzmöglichkeiten sind vielseitig. Sei es die Unterstützung im Kita-Alltag mit, die gemeinsame Zeit, zum Beispiel in Form von Gesprächen, oder das Dolmetschen bei Behördengängen oder im Freizeitbereich. Helfen Sie uns, den Menschen den Start in Leipzig zu erleichtern. Wenn Sie Interesse an einem sozialen Engagement in diesem Bereich haben und mehr zu konkreten Einsatzmöglichkeiten wissen möchten, melden Sie sich gern unter 0341 35055122 in unserer Stadtgeschäftsstelle. Wir freuen uns auf Sie und danken Ihnen für Ihre Unterstützung!

Mit herzlichen Grüßen
 Ihr Martin Maciejewski,
 Geschäftsführer

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: 13. Mai 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: Kristin Anderson; Seite 3: Kristin Anderson; Seite 4: Katja Frischbutter/shutterstock, ProStockStudio/shutterstock;
 Seite 5: Katja Demuth; Seite 6: Katja Demuth, Kristin Anderson;
 Seite 7: Katja Demuth, Kristin Anderson; Seite 8: Kristin Anderson; Seite 9: Madeleine Antusch; Seite 10: Kristin Anderson;
 Seite 12: Merkur-Apotheke

IN EIGENER SACHE

Regulär erscheint unser Magazin MITEINANDER vier Mal im Jahr. Aus organisatorischen Gründen werden wir im laufenden Jahr nur noch eine weitere Ausgabe Anfang des vierten Quartals herausgeben und bitten um Ihr Verständnis.

Ihre Meinung ist uns wichtig!

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

ONLINE JA – ABER NICHT OHNE ALTERNATIVEN

Digitalisierung und ältere Menschen. Ein Kommentar.

Es ist schon einige Zeit her, da las ich eine Meldung, dass der spanische Rentner Carlos San Juan gegen die Banken-Digitalisierung protestierte. Der pensionierte Arzt startete eine Kampagne unter dem Motto: „Ich bin alt, aber kein Idiot“ und sammelte 600.000 Unterschriften, die er symbolisch dem Wirtschaftsministerium und der Zentralbank in Madrid überreichte. Worum ging es ihm? Er forderte, dass spanische Banken ältere Bürger, die beim Online-Banking nicht zurechtkommen, persönlich bedienen. Es ist erwiesen, dass sich ca. ein Drittel der Spanier beim Zugang zu Dienstleistungen durch die Digitalisierung eingeschränkt sehen.

Haben Sie solche Erfahrungen auch schon gemacht? Ganz sicher. Rechnungen werden „online“ verschickt. Der Leipziger Zoo bot im Sommer 2021 Corona bedingt Eintrittskarten nur online an. Ältere, die sich mit Auskünften an eine Behörde wenden, werden mit dem Hinweis abgespeist: „Laden Sie sich eine App herunter oder gehen Sie www. ...“ Jeder kann sicher aus seinem eigenen Erleben Beispiele beisteuern, wo in manchen Büros ohne nachzudenken Dinge von Bürgern verlangt werden, denen sie gar nicht nachkommen können (oder auch wollen) und somit verärgert werden.

Um eines aber von vorn herein klar zu stellen: Digitalisierung ist wichtig und notwendig und wird unser Leben mehr und mehr bestimmen. Aber wie immer bei einer Neuerung gibt es zwei Seiten. Eine positive, die das Leben erleichtern kann und eine weniger angenehme, die Einschränkungen und Nachteile für alle die mit sich bringen, die schon von der technischen Ausrüstung (Smartphone, Laptop, Computer) nicht mithalten können oder auch, wenn man an Online-Banking denkt, nicht mithalten wollen.

Es geht dabei nicht nur um das Technische. 18,3 Millionen Bürger in unserem Land sind nach einer Erhebung aus dem Jahr 2020 65 Jahre und älter. Das sind 20 Prozent der Gesamtbevölkerung. Und 7,5 Millionen Menschen zwischen 18 und 64 Jahren sind funktionelle Analphabeten. Das heißt, sie können zwar lesen und schreiben, haben aber Schwierigkeiten, zusammenhängende kürzere Texte zu verstehen.

Die Frage ist deshalb, dass Digitalisierung nicht wie eine Wolke Heil bringender Segnungen über unseren Köpfen schweben darf. Die Aufgabe ist, den Bürger in diesem Prozess mitzunehmen, Angebote zu machen und vor allem auch ALTERNATIVEN anzubieten.



In der Umsetzungsstrategie der Bundesregierung „Digitalisierung gestalten“ vom Juni 2021 wird gefordert, Servicestellen speziell für ältere Bürger einzurichten, um ihre „digitale Souveränität zu erreichen und zu leben“. Auch die Stadt Leipzig, die ihren Bürgerservice „einfach, komfortabel und vor allem digital“ organisieren will, setzt in ihren Bürgerbüros (merke: nicht mehr Bürgerämter!) darauf, die Menschen mit dem Online-Service vertraut zu machen, damit sie sich künftig Termine bei Bürgerbüros sichern können. Ganz am Ende des Artikels „Termine digital und effektiv vereinbaren“ (Leipziger Amtsblatt) findet sich der Hinweis, dass auch nach wie vor ein konventioneller Anruf unter 115 oder 123-0 ebenso zu einem Termin bei einer Behörde verhilft. Und wenn man in Arztpraxen künftig Rezepte auf das Smartphone gescannt bekommt, so werden, wenn gewünscht, Rezepte und Überweisungen auch weiterhin in Papierform über den Tresen gereicht werden. So die Zusicherung des Gesundheitswesens.

Bei aller Digitalisierung, achten wir also auf alternative Angebote und fordern wir sie ein, wo sie fehlen.

In Anlehnung an die Kampagne des spanischen Arztes kann es auch für uns nur heißen: Wir sind zwar alt, aber keine Idioten.

Gisela Boldt,
Mitgliedergruppe 727





Solange wie möglich in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben. Das ist der Wunsch vieler Seniorinnen und Senioren. Den Angehörigen kommt dabei eine wichtige Rolle zu. Ambulante Pflegedienste, wie auch die Sozialstation unseres Stadtverbandes, unterstützen die älteren Menschen und ihre Familien dabei. In der MITEINANDER-Serie „Pflege zu Hause“ beantworten wir häufig gestellte Fragen aus unserer Pflege- und Sozialberatung und bieten so Hilfe durch den „Pflege-Dschungel“.

Pflege zu Hause

Teil 2

Wie kann der Hilfebedarf in der häuslichen Versorgung finanziert werden?

Wird durch eine vorübergehende Erkrankung, wie einen Armbruch nach einem Sturz, fremde Hilfe benötigt, ohne dass bereits ein Pflegegrad vorhanden ist, übernimmt die gesetzliche Krankenversicherung je nach Krankheitsfall in der Regel bis zu vier Wochen die Kosten für häusliche Pflege, Behandlungspflege und hauswirtschaftliche Leistungen. Dafür benötigt man eine häusliche Verordnung des Arztes. Diese muss umgehend zur Genehmigung bei der Krankenkasse eingereicht werden.

Für alle medizinischen Leistungen im häuslichen Bereich, die von Ihnen oder von Ihren Angehörigen nicht selbst geleistet werden können, beispielsweise Medikamentengabe, Kompressionsstrümpfe anziehen und Ähnliches, wird ebenfalls eine Verordnung häuslicher Krankenpflege benötigt, um die Versorgung durch Fachkräfte und die Kostenübernahme durch die Krankenkasse zu gewährleisten. Das gilt für Hilfebedürftige mit und ohne Pflegegrad.

Bei Erkrankungen und Behinderungen, die dauerhaft bestehen und einen ständigen Hilfebedarf bei der

Körperpflege und hauswirtschaftlichen Verrichtungen erforderlich machen, empfiehlt es sich, einen Antrag auf Leistung der Pflegeversicherung zu stellen. Die Pflegekasse beauftragt zeitnah einen Gutachter vom Medizinischen Dienst (MDK), der die Selbstständigkeit bzw. den Hilfebedarf.

Je nach Einschränkung der Selbstständigkeit wird ein entsprechender Pflegegrad festgelegt, der die Finanzierung der Hilfeleistungen durch eine Pflegeperson oder einen Pflege- und Hauswirtschaftsdienst im entsprechenden Rahmen ermöglicht. Empfohlene Hilfsmittel, wie Badewannenlifter, Toilettensitzerhöhung etc., werden ebenfalls über die Pflegekasse finanziert.

Gehbehinderte Menschen sind oft auf Hilfsmittel, wie Rollator oder Gehhilfen, angewiesen. Diese bekommen sie mit einem Rezept vom Hausarzt von den Sanitätshäusern. Für Patientinnen und Patienten mit Inkontinenz finanziert die Pflegekasse außerdem regelmäßige Belieferung mit Inkontinenzmaterial. Dafür ist eine einmalige Rezeptierung durch den Hausarzt oder Urologen notwendig.

Hat man einen Pflegegrad, wird bei alleinlebenden Patienten auf Antrag auch ein Zuschuss zum Hausnotruf

gewährt. Außerdem beteiligt sich die Pflegekasse am monatlichen Hilfsmittelbedarf in Höhe von 40 Euro (beschränkt auf Desinfektionsmittel, Einmalhandschuhe und Bettschutzunterlagen). Ein Zuschuss zur Belieferung von „Essen auf Rädern“ zahlt die Pflegekasse demgegenüber nicht. Für Menschen mit sehr geringem Einkommen müsste man dafür einen Antrag beim Sozialamt stellen. Im Gegensatz zur Pflegekasse wird aber dort nicht nur die Bedürftigkeit und der Gesundheitszustand geprüft, sondern auch die finanzielle Situation des Antragstellers hinsichtlich Einkommen und Sparvermögen.

Für Menschen mit Behinderungen gibt es außerdem die Möglichkeit, einen Antrag auf einen Schwerbehindertenausweis zu stellen. Ab 50 Prozent und mit dem Merkzeichen G kann man beispielsweise öffentliche Verkehrsmittel finanziell vergünstigt benutzen und hat Anspruch auf einen Sitzplatz.

*Heidi Wittenbecher,
Pflege- und Sozialberaterin*

Kontakt

☎ 0341 69767 200
✉ pflegeberatung@
volkssolidaritaet-leipzig.de

Hilfe und Unterstützung in vielfältigen Lebenslagen

Unsere offenen Senioreneinrichtungen vorgestellt

In unserer letzten MITEINANDER-Ausgabe haben wir die Betreuten Wohnanlagen unseres Stadtverbandes vorgestellt. In dieser Ausgabe geben wir einen Einblick in unsere vier offenen Senioreneinrichtungen, die allen älteren Menschen in Leipzig unabhängig von einer Mitgliedschaft in der Volkssolidarität offen stehen.

Auf sie wartet ein breites Angebot an Veranstaltungen, die mit viel Liebe organisiert werden. Der schönste Lohn für das engagierte Wirken der Teams vor Ort ist es, wenn ihre Angebote auch genutzt werden und sich die Besucherinnen und Besucher damit selbst etwas Gutes tun: schöne Stunden in Gesellschaft zu erleben.

In Alt-West und Süd sowie im Seniorentreff im Sonnenwall wird kompetent und fundiert Sozialberatung zu vielfältigen Fragen und Lebenslagen angeboten.

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



direkt am Bushof Lindenau

große Tauschbücherei

Einkaufsmöglichkeiten um die Ecke



Seniorenbüro und Begegnungsstätte

Alt-West

Lage: Saalfelder Straße 12 (Lindenau), Eingang über die Einkaufspassage

Merkmale: kleiner und großer Saal für Veranstaltungen, Klavier, Eingangsbereich mit Tauschbücherei zum Verweilen, Barrierefreiheit in allen Räumlichkeiten, WC für Rollstuhlfahrer

Unsere Angebote: Rommélrunde, Patchworkzirkel, Selbsthilfegruppe Rolli 40+, Hand-Finger-Gymnastik, Tanzgruppe, Chor, Quiz-Nachmittag, Bingo, Theatergruppe in Kooperation mit dem Schauspiel Leipzig, Sitz-Yoga, offener Treff, Sozialberatung (Themen: Ehrenamt, Pflege, Freizeit)

Höhepunkte: LVB-Verkehrsberatungen, Lesungen, Reisevorträge, Tagesfahrten, Einzelsprechstunde für Smartphone, Tablet und Laptop, Info-Veranstaltungen (Themen: Pflege, Gesundheit, Ernährung)

Kontakt: Anna Vittoria Cestaro, Leiterin

☎ 0341 49541102

✉ seniorenbuero.altwest@volkssolidaritaet-leipzig.de



direkt im Einkaufszentrum Sonnenwall

Mix aus geselligen, kulturellen und sportlichen Angeboten

Seniorentreff

„Sonnenwall“

Lage: Löbauer Straße 68-70 (Schönefeld)

Merkmale: kleiner und großer Begegnungsraum mit bis zu 6 bzw. 32 Plätzen, barrierefreier Zugang und Sanitär-räume

Unsere Angebote: sehr beliebt sind Gymnastik, Gedächtnistraining, Spielerunden und musikalische Nachmittage; besonders nachgefragt sind Einzelsprechstunden rund um das Smartphone/Handy; außerdem: Bingo-Runden, Lesecafé, Autorenlesungen, Strick-/ Klöppelgruppe, Runden mit dem ADAC, Fingergymnastik, Informationsveranstaltungen (Vorsorgevollmacht, Organisation der Pflege, Versicherungen im Alter, altersgerechtes bzw. Betreutes Wohnen)

Kontakt: Andrea Näther, Leiterin

☎ 0341 6976761

✉ seniorentreff.sonnenwall@volkssolidaritaet-leipzig.de



das Tor zum Wildpark
 freundlich eingerichtete Begegnungsstätte
 Busanbindung



Seniorenbüro und Begegnungsstätte

Süd

Lage: Prinz-Eugen-Straße 1 (Connewitz)
Merkmale: Saal und ein Bastelraum, barrierefreier Zugang und WC
Unsere Angebote: (Sozial-) Beratung und Begegnung: regelmäßige Bewegungsangebote (leichte Gymnastik, Hand-Finger- und Wirbelsäulengymnastik), Gedächtnistraining, Treffen stadtteilbezogener Selbsthilfegruppen, Chor, Rommé- und Bastelgruppe, offener Treff mit verschiedenen Themen. Dazu gibt es immer Kaffee und Kuchen.
Höhepunkte: monatliches Musikcafé, Literaturveranstaltungen, Sommerreise nach Kottenheide

Kontakt: Cordula Wenske, Leiterin
 ☎ 0341 3913971
 ✉ seniorenbuero.sued@volkssolidaritaet-leipzig.de



etablierte Einrichtung im Nordosten
 unweit der Mockauer Post
 gute Verkehrsanbindung mit Bus und Bahn



Begegnungsstätte

Kieler Straße

Lage: Kieler Straße 63-65 (Mockau)
Merkmale: großer Veranstaltungsraum für die Geselligkeit
Unsere Angebote: (kostenfreie und auch individuelle Smartphone-Kurse, Live-Musik und Tanz, offene Runden, Gleichgewichtstraining, Kaffeetrinken, gemeinsames Miteinander

Kontakt: Matthias Hennig, Leiter
 ☎ 0341 6018410
 ✉ seniorenbegegnung@volkssolidaritaet-leipzig.de



Wussten Sie schon:

Neben den Seniorenbüros Süd und Altwest sowie dem Seniorentreff „Sonnenwall“ bieten diese offenen Senioreneinrichtungen anderer Träger regelmäßig Sozialberatung an:



- ✓ **Seniorenbüro Nord**
(Träger: Ceyerhaus e. V.), Gräfstraße 25
- ✓ **Seniorenbüro Nordwest**
(Träger: Anker e. V.), Horst-Heilmann-Straße 4
- ✓ **Seniorenbüro Mitte**
(Träger: Caritasverband Leipzig e. V.), Nonnenmühlgasse 2
- ✓ **Seniorenbüro Ost**
(Träger: Mühlstraße e. V.), Eisenbahnstraße 66
- ✓ **Seniorenbüro Südost**
(Träger: urban souls e. V.), Diskaustraße 202
- ✓ **Seniorenbüro West**
(Träger: Arbeiterwohlfahrt Leipzig-Stadt e. V.), Stuttgarter Allee 18



- 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



AUF GUTE NACHBARSCHAFT!

Ein Jahr Kinderwohngruppe in der Bernhard-Göring-Straße

Können Familien ihre Probleme nicht mehr ohne Hilfe von außen bewältigen, werden durch die Vermittlung des Jugendamtes Hilfen zur Erziehung eingesetzt. Unser Stadtverband betreibt zwei Einrichtungen in diesem Bereich. Seit 1984 gibt es das TABALUGA Kinderheim, welches seit dem Jahr 2001 in der Trägerschaft der Volkssolidarität ist. Im Frühjahr 2021 kam die Kinderwohngruppe in der Bernhard-Göring-Straße hinzu. Zu ihrem einjährigen Bestehen stellen wir in dieser MITEINANDER-Ausgabe die Kinderwohngruppe näher vor.

Die Kinderwohngruppe bietet Kindern von 2 bis 10 Jahren, die aufgrund verschiedener Problemlagen aktuell nicht in ihren Herkunftsfamilien leben können, in einer familienähnlichen und wohnlichen Atmosphäre ein vorübergehendes Zuhause. Mit Hilfe der pädagogischen Fachkräfte kommen sie hier zur Ruhe, können sich stabilisieren und sich physisch, psychisch und emotional entwickeln. Sie erleben und gestalten miteinander ihren Alltag. Dabei werden sie individuell von den ihnen vertrauten Erzieherinnen und Erziehern und durch spezielle therapeutische Angebote wie Ergo-, Physio-, Sprach- oder Psychotherapie unterstützt und gefördert.

Die Wohnung ist weitläufig und hell. Die Kinderzimmer sind liebevoll eingerichtet, es gibt eine große Wohn-

küche, ein Wohnzimmer und einen separaten Raum für Beratungsgespräche, wie die regelmäßigen Gespräche mit den Eltern. Wie lange die Kinder in der Wohngruppe bleiben, ist sehr individuell. Manche Kinder können nach einiger Zeit in ihre Familien zurückkehren. Ist dies nicht möglich, wird für die Kinder eine stabile Perspektive für ihr Aufwachsen gesucht. Dies kann eine Pflegefamilie, eine Wohngruppe bis zum Erwachsenwerden oder in seltenen Fällen auch eine Adoption sein.

Seit ihrer Eröffnung lebten bereits 19 Kinder in der Wohngemeinschaft. Derzeit sind es neun Kinder im Alter von zweieinhalb bis sieben Jahren. Ein zehnköpfiges Team aus Erzieherinnen und Sozialpädagogen mit unter-

schiedlichen Zusatzqualifikationen, beispielsweise Traumapädagogik, betreut die Kinder im Früh-, Spät- und Nachtdienst, also rund um die Uhr. Meistens sind zwei Fachkräfte gleichzeitig vor Ort, um sich gut um alle Kinder kümmern zu können.



Der Tagesablauf



Für die Kinder ist es wichtig, Gemeinschaft zu erleben und eine überschaubare Struktur im Alltag zu haben. Nach dem Aufstehen startet der Tag für alle mit dem gemeinsamen Frühstück. Danach werden die Kinder durch Fahrdienste in ihre Kindertagesstätten und Schulen gebracht. Für diejenigen, die keine Einrichtung in dieser Zeit besuchen oder anderwei-



Sandra Wolfersdorf leitet das Team der Kinderwohngruppe Südvorstadt

tige Termine haben, gibt es Zeit zum Spielen.

Gegen 11:30 Uhr gibt es in der großen Wohnküche selbstgekohtes Mittagessen, bei dessen Zubereitung die Kinder manchmal schon helfen. Anschließend können die Kinder bis 14 Uhr schlafen. Nach dem Vesper steht neben der Hausaufgabenbetreuung der Größeren das freie Spielen im Mittelpunkt. Platz ist hierfür ausreichend da, denn neben den Zimmern der Kinder gibt es einen großen Wohn- und Spielbereich und eine Terrasse mit direktem Zugang zum Spielplatz im Innenhof.

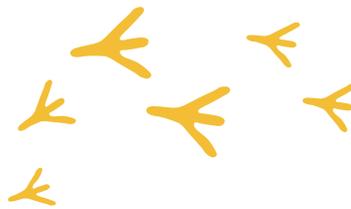
Zumeist finden am Nachmittag auch die Besuche der Eltern statt. Sie werden dann aktiv in das Alltagsleben der Wohngruppe mit einbezogen. In dieser Zeit können sie zum Beispiel mit ihren Kindern spielen oder bei den Hausaufgaben unterstützen.

Gemeinschaftlich klingt der Tag nach dem Abendessen auch aus. Zur Stärkung der Bindungs- und kognitiven

Entwicklung dürfen dabei Abendrituale wie „Der Sandmann“ und das Vorlesen von Büchern nicht fehlen.

An den Wochenenden wird viel gebastelt und gemalt. Es gibt gemeinsame Spaziergänge und Ausflüge zu umliegenden Spielplätzen, in den Clara-Zetkin-Park oder in den Zoo.

Um einen Überblick über die „neunköpfige Familie“ zu behalten und Termine beim Zahnarzt oder Friseur, Elternbesuche oder das Fußballtraining zu koordinieren, gibt es für alle anfallenden Aufgaben einen großen Buchkalender. In diesen werden alle Termine, wichtige Aufgaben und auch die Elternkontakte eingetragen. So kann nichts vergessen werden.



Das Besondere an der Kinderwohngruppe ist die Hausgemeinschaft, denn die Wohngruppe ist in ein Mietshaus der WG Böhlen integriert. Im Haus leben sowohl Familien mit Kindern, als auch Seniorinnen und Senioren. Die Hausgemeinschaft ist sehr aufmerksam und verständnisvoll. Im begrünten Innenhof mit Spielplatz trifft man sich und kommt ins Gespräch. Die Kinder spielen gemeinsam und es sind auch schon richtige Freundschaften entstanden. Zum letzten Weihnachtsfest haben die Kinder für alle Bewohnerinnen und Bewohner gebastelt. Umgekehrt kamen die Nachbarn mit kleinen Geschenken vorbei und für dieses Jahr ist bereits ein gemeinsames Grillfest geplant.

Kristin Anderson

SPIEL UND SPASS ZUM ERSTEN KITAJUBILÄUM

Am 15. März feierte unsere Kindertagesstätte „BG17“ ihren ersten Geburtstag. Dies war für alle Beteiligten ein besonderer Moment. Seit einem Jahr begeben sich die Kinder auf Entdeckungsreise, erleben erste Abenteuer, spielen, lachen und knüpfen erste soziale Kontakte. Wir freuen uns, die Kinder in ihrer Entwicklung begleiten und unterstützen zu dürfen. Wir möchten gern mit unserer Kindertagesstätte einen Ort schaffen, an dem sich Eltern und Kinder wohlfühlen und sich gern an die Kindergartenzeit zurückerinnern.

Bereits am Vortag waren alle sehr aufgeregt. Die Kinder schmückten gemeinsam mit den pädagogischen Fachkräften die Einrichtung. Bunte Luftballons, glitzernde Girlanden und fröhliche Wimpelketten stimmten

uns auf die künftige Geburtstagsfeier ein.

Und dann war es endlich soweit! Alle Kinder trafen sich im Garten. Die Kindergartenkinder nahmen vorsichtig die Krippenkinder an die Hand und bildeten einen großen Kreis. Gemeinsam sangen wir mehrere Geburtstagslieder und wünschten der Einrichtung alles Gute. Für Spiel und Spaß sorgten verschiedene Stationen. Neugierig probierten sich die Geburtstagsgäste an verschiedenen Stationen beim Kegeln, Sackhüpfen, Tannenzapfenweitwurf, Eierlauf und Seifenblasen aus. Vor allem beim Spielen und Experimentieren mit den Seifenblasen waren die Kinder sehr fasziniert und erstaunt, wie groß eine Seifenblase werden kann.

Zur Feier des Tages und bei schönstem Wetter gab es für alle, draußen an der frischen Luft, ein gemeinsames Mittagessen vom Grill.

*Madeleine Antusch,
Leiterin Kita „BG 17“*

Bunte Seifenblasen zum Jubiläum: Seit März 2021 betreut unser Stadtverband 96 Kinder unweit des Bayerischen Bahnhofs





AUF EINE SCHACH-PARTIE MIT HERRN RUDOLPH

Die Schach-AG der Kita „Max und Moritz“ stellt sich vor



Wir sind eine Kita im Stadtteil Dölitz und betreuen Kinder im Alter von einem Jahr bis zum Schuleintritt. Unser Auftrag besteht in der Bildung, Betreuung und Erziehung der Kinder. Dazu gehört es, Kindern eine lernanregende und motivierende Bildungslandschaft bereit zu stellen, um so die individuelle Entwicklung jedes Kindes positiv zu beeinflussen. Seit 2018 gehört in unserer Einrichtung eine Schach-AG, als eines von vielen Angeboten, dazu.

Nun könnte man behaupten „Schach ist viel zu kompliziert für so junge Kinder“. Doch dem kann ich aus eigener Erfahrung nur widersprechen und muss gestehen: Ich habe Schach mit den Kindern, unter fachlicher Anleitung, gemeinsam gelernt.

Schach ist ein herausfordernder Sport, der Kinder in vielen Kompetenzbereichen fordert und fördert. Die Kinder müssen in Kommunikation miteinander treten, um Spielpartner auszuhandeln und zu besprechen, wer welche Farbe nutzt oder um auch über das Spiel selbst zu sprechen. Konflikte aushandeln ist ein wichtiger Part von Sozialkompetenz, ebenso wie das Einhalten von Regeln und die Akzep-

tanz des Spielpartners, auch wenn es mal nicht die beste Freundin oder der beste Freund ist. Auch wichtige Kompetenzen für einen guten Start in die Schule werden hier gefestigt. Dazu zählen räumliches Denken, Ausdauer, Durchhaltevermögen und Selbstvertrauen.

Sie sehen, die Liste ist unendlich weiterzuführen. Doch nun einmal zu unserer AG. Auf Empfehlung der damaligen Leiterin des Seniorenbüros Süd in der Prinz-Eugen-Straße wandten wir uns 2018 an Friedrich Jürgen Rudolph. Er ist ein erfahrener und begeisterter Schachspieler und leitete damals schon seit längerer Zeit eine Schach-AG in einer Leipziger Schule. Gemeinsam einigten wir uns auf ein ehrenamtliches Engagement für unsere Einrichtung. Seither leitet er immer zum Schuljahr wechselnde Schach-Gruppen in unserer Kita.

Derzeit betreut Friedrich Jürgen Rudolph eine Gruppe von vier Vorschülern. Die Kinder warten dienstags ganz begeistert auf die Mittagszeit, um dann mit ihm in die Welt der Bauern, Läufer, Springer, Türme, Damen und Könige einzutauchen. Gemeinsam bereiten sie die Tische und

Denksport Schach: Friedrich Jürgen Rudolph mit seinen Schützlingen in der Kita.

Schachbretter vor, einigen sich auf Teams und Figurfarbe. In den ersten Stunden der AG vermittelt er den Kindern die Namen der Figuren und die jeweils erlaubten Züge. Und dann geht sie auch schon los, die Schachpartie.

Mit Herrn Rudolphs Unterstützung und Hilfestellung erlernen die Kinder die Grundzüge und -stellungen des Schachspiels. Sie lernen die Bedeutung der Fachbegriffe, wie „Remis“ oder „Rochade“ und natürlich auch das berühmte „Schachmatt“. Am Ende des Jahres sind sie zumeist schon in der Lage, erste kleine Schachpartien selbstständig zu bestreiten. Mit kleinen Übungen und abwechslungsreichen Spielen werden die Stunden aufgelockert und interessant gestaltet. Im Sommer steht unseren Kindern ein großes Outdoor-Schachbrett zur Verfügung, welches neue Herausforderungen mit sich bringt.

So kann ich mit gutem Gewissen am Ende jeden Schuljahres behaupten, Schach ist sehr wohl für junge Kinder ein tolles Erlebnis mit großem Lerneffekt.

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

UNSERE VERANSTALTUNGSHINWEISE

📅 27./28.08.2022

Leipzig in Kinderhand

Am 27. und 28. August ist es wieder soweit. Das Leipziger Kinderfestival verwandelt den Leipziger Augustusplatz jeweils von 11 bis 18 Uhr, mit ca. 80 Aktionen von ca. 50 Partnern in 6 Arealen, in eine riesige Spielwiese. Und unser Stadtverband ist an beiden Tagen auch dabei!

2016 kamen die Macher des Stuttgarter Kinder- und Familienfestivals auf die Idee, das Konzept des Festivals nach Leipzig zu bringen und fanden hier zahlreiche Partner und Unterstützer. Gemeinsam mit vielen Unternehmen und Vereinen bieten die Veranstalter allen Leipziger Familien jede Menge Highlights. Das Tollste dabei ist – alle Aktionen auf dem Leipziger Kinderfest sind kostenfrei!

Informationen:

🌐 www.leipzig-kinderfestival.de

📅 Sa, 03.09.2022

Unser Stadtverband präsentiert sich

Besuchen Sie uns am 3. September von 10 bis 16 Uhr an unserem Stand auf der Jobmesse Leipzig im Congress Center Leipzig auf der Neuen Messe. Wir freuen uns darauf, Sie persönlich kennenzulernen und mit Ihnen über Ihre berufliche Zukunft in unserem Stadtverband zu sprechen. Der Eintritt ist frei.

Informationen:

🌐 www.jobmesse-leipzig.de



📅 Mo, 19.09.2022

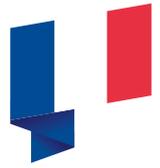
Frankreichs Süden entdecken

Von Céret, Stadt des Kubismus, bis Montpellier, Hauptstadt der Region Languedoc-Roussillon, führt der zweite Teil unserer Dia-Vortragsreise in den Südwesten Frankreichs. Sie werden erfahren, wo Molière mit seiner Wandertruppe Theater spielte, die Römer mit dem Pont du Gard eine ihrer spektakulären Wasserleitungen bauten, in Nîmes ein Amphitheater für 24.000 Zuschauer errichteten und vieles anderes mehr über Geschichte und Kultur zwischen Pyrenäen und Mittelmeer.

Wann: 19. September, 14.30 Uhr
Wo: Seniorenbüro Alt-West, Saalfelder Straße 12

Um Anmeldung wird gebeten.

📞 0341 49541102



*Mein Geheimmrezept.
Mein sicheres Zuhause.*



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

Venengesundheit

→ Sind Krampfadern und Besenreiser nur ein ästhetisches Problem?



Ein Gastbeitrag von
Astrid Cebulla

Krampfadern sind dauerhaft erweiterte Blutgefäße des oberflächlichen Venensystems. Diese veränderten Venen sind oft knotig verschlängelt und können deutlich sichtbar hervortreten. In den Krampfadern fließt das Blut nicht richtig, kann Gerinnsel bilden und zu schmerzhaften Venenentzündungen und Hautveränderungen führen. Besenreiser gehören zu den Krampfadern, sind jedoch örtlich begrenzte Erweiterungen der feinen, in der Haut verlaufenden Venen und treten meist an den Beinen auf. Sie sind bei Frauen und Männern gleichermaßen weit verbreitet.

Früher wurden Krampfadern eher als kosmetisches Problem betrachtet. Heute weiß man, dass bei ca. 50 Prozent der Patienten mit offenen Beinen Krampfadern die hauptsächliche Ursache sind. Ein weiteres Risiko der erweiterten Venen besteht darin, dass die Venenklappen nicht richtig funktionieren. Das Blut wird nicht mehr optimal zum Herzen zurück transportiert, sondern sackt durch die Schwerkraft in die Beine und erhöht aufgrund der Durchblutungsstörun-

gen das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Ein besonderes Risiko bei Krampfadern ist das Entstehen einer Thrombose. Bei einer Thrombose bildet sich ein Blutgerinnsel (Thrombus) in einem Gefäß und behindert den Blutfluss. Eine Thrombose ist gefährlich, weil sich der Thrombus lösen, in andere Organe gespült und diese verstopfen kann. Am häufigsten entstehen Thrombosen in den Venen im Bein und können zu einer Lungenembolie führen.

Ursachen für Venenerkrankungen: Die häufigste Ursache von Krampfadern ist eine genetische Veranlagung zu Bindegewebsschwäche und Venenbeschwerden. Weiterhin können Hormone, Schwangerschaft, Einnahme hormoneller Verhütungsmittel eine Bindegewebsschwäche und damit Krampfadern begünstigen. Aber auch mangelnde Bewegung, Alter und Übergewicht können zu einer Venenschwäche führen.

Was tun bei Krampfadern? Bewegung ist sehr wichtig und beugt einer Verschlimmerung vor. Auch physikalische Maßnahmen wie Kneipp Anwendungen, kalte Güsse, Wassertreten oder Lymphdrainage können nach Abklärung mit einem Therapeuten unterstützende Maßnahmen sein. Natürliche Mittel zum Einreiben

und Einnehmen enthalten beispielsweise Rosskastanie oder rotes Weinlaub und wirken abschwellend und lindern akute Beschwerden. Die wichtigste und wirkungsvollste Maßnahme bei fortgeschrittenen

Beschwerden ist die Kompressions-therapie. Kompressionsstrümpfe unterstützen die Muskelpumpen und Venenklappen und verbessern den Blutrückfluss zum Herzen. Damit die Strümpfe optimal passen, werden sie nach Messung der Beine in der Apotheke individuell angefertigt. Auch zum Anziehen und zur richtigen Pflege der Strümpfe werden Sie in der Apotheke fachkundig beraten.

Bei folgenden Symptomen sollten Sie aufmerksam werden und eine Erkrankung oder Schwäche der Venen abklären lassen:

- müde, schwere Beine
- Schwellung am Bein, Druck- oder Hitzegefühl
- geschwollene Knöchel und Unterschenkel (Wasseransammlungen, Ödeme)
- nächtliche Wadenkrämpfe
- Juckreiz an den Unterschenkeln

Fazit: Krampfadern sollten niemals als ein rein kosmetisches Problem gesehen werden. Sie können unbehandelt schwerwiegende Beinbeschwerden und Krankheiten, wie Venenentzündungen, offene Beine, Thrombosen oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen verursachen. Eine Früherkennung kann helfen, solche Komplikationen zu vermeiden.

 **Kommen Sie zur Venenfunktionsmessung**

vom 20.06. - 01.07.22 in Ihrer Merkur-Apotheke,
Lützner Str. 145, 04179 Leipzig.

Vereinbaren Sie jetzt Ihren Termin unter
 0341-484970 oder direkt vor Ort!

Die völlig schmerzfreie Messung dient zur Früherkennung einer Venenschwäche und gibt Aufschluss über die Funktionsfähigkeit Ihrer Venenklappen. Die Messung inklusive fachkundiger Auswertung und Beratung dauert ca. 20 min und kostet 9,90 €.

M MERKUR
APOTHEKE
MEINE-NATUR-APOTHEKE.DE

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

Fortsetzung der Reihe
in der folgenden Ausgabe.