

Lebenszeichen

Das Magazin der
Volkssolidarität Dresden

SONDERAUSGABE

Liebe Leserinnen und Leser,



ich hoffe, dass Sie alle gut in das neue Jahr 2021 gekommen sind, und wünsche Ihnen von Herzen beste Gesundheit, Freude und Zuversicht. In diesen außergewöhnlichen Zeiten erlaube ich mir, diese persönlichen Wünsche auch noch im Februar an Sie zu richten.

Sie halten eine neue Ausgabe der Lebenszeichen in der Hand, die wir anstatt der Lebensbilder immer dann veröffentlichen, wenn die Rahmenbedingungen aufgrund der Pandemie keine umfangreiche und „normale“ Berichterstattung zulassen. Aber was ist schon „normal“ und wird es eine „Normalität“, wie wir sie noch vor gut einem Jahr kannten, je wieder geben? Das sind Fragen, die wir – Sie und ich – derzeit nicht beantworten können.

Doch eines ist gewiss: Trotz aller Einschränkungen und Kontaktreduzierungen wollen wir nicht unseren Mut verlieren und posi-

tiv in die Zukunft schauen. Denn es gibt mittlerweile Hoffnung zur Überwindung der Pandemie – die Impfung. Die positiven Wirkungsdaten aus der Impfstoffforschung und auch die Erfahrungsberichte von bisher Geimpften zeigen, dass es möglich sein wird, eine beherrschbare Krankheit zu reduzieren. Das Virus wird vermutlich bleiben und wir werden lernen, damit zu leben.

Was wir nun benötigen, sind Geduld, Achtsamkeit und Zuversicht: Geduld, bis ausreichend Impfstoffe für alle Impfwilligen zur Verfügung stehen. Achtsamkeit, damit wir im täglichen Leben mit Abstand und Hygieneregeln unseren Mitmenschen weiterhin mit Nächstenliebe, Respekt und Würde begegnen können. Und Zuversicht, dass wir mit unserem Handeln alle dazu beitragen, diese Pandemie zu überwinden.

Das vergangene Jahr hat gezeigt, dass es wichtig ist, an alle zu denken, in Kontakt zu bleiben und niemanden zu vergessen. Nachbarschaftliche Netzwerke und solidarisches Handeln sind entstanden und wurden gepflegt, so wie es unsere Mitgliedergruppen seit Jahrzehnten tun. Deshalb möchte ich Ihnen und allen voran unseren Verantwortlichen in den Mitgliedergruppen an dieser

Stelle ausdrücklich für die geleistete ehrenamtliche Unterstützung danken. Bleiben Sie bitte weiterhin in Kontakt und nutzen Sie die verfügbaren Möglichkeiten des In-Verbindung-Bleibens.

Unser Dank gilt insbesondere auch allen Beschäftigten im Gesundheitswesen, die aufopferungsvoll für andere da sind und ihre eigene Gesundheit hintenanstellen, sei es auf den Intensivstationen oder in den Pflegeheimen.

Die Volkssolidarität Dresden hat das originäre Handlungsmotiv Miteinander-Füreinander. Deshalb bieten unsere Begegnungsorte seit Beginn des Jahres auch Beratungen zum Thema Impfen an. Wir möchten Sie im Rahmen unserer Möglichkeiten dabei unterstützen, mehr Informationen zu erhalten und Ihnen zu helfen. Deshalb meine große Bitte: Rufen Sie meine Kolleginnen und Kollegen an und berichten Sie, welchen Unterstützungsbedarf Sie haben – selbstverständlich auch außerhalb des Impftemas. Bleiben Sie versichert: Wir sind für Sie da!

Herzlich Ihr

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'C. Burschyk'.

Clemens Burschyk
Geschäftsführer

Unsere Begegnungs- und Beratungszentren unterstützen Sie zum Thema „Impfen“

Es wird noch einige Zeit ins Land gehen, ehe ausreichend Corona-Impfstoff für alle Impfwilligen bereit steht. Personen der Priorisierungsgruppe 1 (höchste Priorität, u.a. über 80-jährige Menschen) können zwar offiziell individuelle Impftermine in den von Freistaat Sachsen beim Deutschen Roten Kreuz angesiedelten Impfzentren vereinbaren, dennoch sind die dortige Telefonhotline und auch die Internetseite <https://sachsen.impfterminvergabe.de> oft nicht erreichbar bzw. überlastet.

Als Volkssolidarität Dresden können wir an dieser Situation leider nichts ändern, dennoch bieten wir Ihnen seit Januar 2021 Unterstützung und Information an. Denn, um die Abläufe im Impfzentrum zu beschleunigen, ist es hilfreich, vorab einen Aufklärungsbogen durchzulesen und einen Anamnesebogen sowie eine Einverständniserklärung auszufüllen. Wer dabei Hilfe und Unterstützung benötigt, kann sich in unseren Begegnungs- und Beratungszentren zum Ablauf der Corona-Impfungen informieren und beraten lassen.

Die Mitarbeiter beantworten telefonische Anfragen zum Anmeldeprozess, helfen, den Aufklärungsbogen zu verstehen und bieten Unterstützung beim Ausfüllen der Formulare sowie bei der Online-Terminvereinbarung im Impfzentrum. Sie können darüber hinaus über den Ablauf der Impfung informieren, allerdings keine medizinischen oder gesundheitsrechtlichen Aspekte klären.

Für diese Beratung ist es zwingend erforderlich, vorher telefonisch einen Termin zu vereinbaren. Es ist auch möglich, gemeinsam mit dem Sozialarbeiter eine Online-

Anmeldung für einen Impftermin durchzuführen. Hierbei ist neben viel Geduld die Unterzeichnung ei-

ner Datenschutz- und Einwilligungserklärung notwendige Voraussetzung.

Unsere Begegnungs- und Beratungszentren in Ihrer Nähe finden Sie hier:

Begegnungs- und Beratungszentrum Klotzsche* , Putzuser Weg 18, Tel. 0351/88 06 345	Mo-Do: 9–16 Uhr, Fr: 9–14 Uhr, mittwochs Beratung bis 18 Uhr möglich
Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast* , Laubegaster Ufer 22, Tel. 0351/50 10-525	Mo-Do: 8–16 Uhr, Fr: 8–14 Uhr
Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“* , Nürnberger Str. 45, Tel. 0351/47 19 366	Mo-Do: 9–16 Uhr, Fr: 9–15 Uhr
Begegnungs- und Beratungszentrum „Walter“* , Walter-Arnold-Str. 23, Tel. 0351/27 52 110	Mo, Do, Fr: 8–13 Uhr, Di, Mi: 8–18 Uhr
Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge* , Trachenberger Str. 6, Tel. 0351/50 10-441	Mo-Do: 9–16 Uhr, Fr: 9–15 Uhr
Seniorenbegegnungsstätte Friedrichstadt* , Alfred-Althus-Str. 2a, Tel. 0351/21 35 99 92	Mo-Fr: 9.30–16 Uhr
Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“* , Papstdorfer Str. 25, Tel. 0351/25 02 160	Mo: 9–15 Uhr, Di: 9–17 Uhr, Mi: 10–17 Uhr, Do, Fr: 9–16 Uhr
Seniorenbegegnungsstätte „Michelangelo“* , Räcknitzhöhe 52, Tel. 0351/21 39 709	Mo-Do: 9–16 Uhr, Fr: 8–14 Uhr
Seniorenbegegnungsangebot „Treff am Waldschlößchen“* , Radeberger Str. 58, Tel. 0351/31 62 79 26	Di, Do: 9–16 Uhr, Fr: 10–15 Uhr
Seniorenzentrum „Amadeus“ , Striesener Str. 2, Tel. 0351/44 72 869	Mo-Do: 10–17 Uhr, Fr: 10–15 Uhr
LeubenTreff , Reisstraße 7, Tel. 0351/20 57 360	Mo-Do: 9–16 Uhr, Fr: 9–13 Uhr

* gefördert durch das Sozialamt der Landeshauptstadt Dresden

Wie erging es Ihnen mit Corona?

Unser Mitarbeiter Ronny Tauchnitz, kommissarische Hausleitung des Pflegeheims Leubnitz, erkrankte vor einigen Wochen an Covid-19. Wir haben ihn zum Verlauf und den Folgen seiner Infektion interviewt.

Herr Tauchnitz, Sie waren Ende 2020 an Corona erkrankt. Wie geht es Ihnen heute und wie verlief die Krankheit bei Ihnen?

Im Verlauf meiner Corona-Erkrankung hatte ich anfangs normale Erkältungssymptome, d.h. Husten, Schnupfen und Fieber. Der Husten war stärker als sonst und legte sich nach und nach auf die Bronchien. Das Fieber sank und stieg nach Belieben, was die Folge hatte, dass ich mal fror und mal schwitzte.

Nach drei Tagen kam eine leichte Atemnot dazu, die sich die nächsten Tage verstärkte. Neben der Atemnot traten zugleich Schwächeanfälle auf. Die geringsten körperlichen Bewegungen waren zu viel. Außerdem: Appetitlosigkeit, Geschmacksverlust, Gliederschmerzen, Schwindel und Kopfschmerzen.

Nach knapp drei Wochen war die Corona-Erkrankung ohne bleibende Schäden abgeklungen. Im Moment bin ich wieder völlig gesund.

Waren weitere Menschen in Ihrer Umgebung betroffen?

In meiner näheren Umgebung war meine Familie betroffen. Meine beiden Kinder, 12 und 10 Jahre alt, hatten einen sehr leichten Verlauf: leichter Husten und Schnupfen für zwei Tage. Meine Frau hatte es da deutlich schlimmer als meine Kinder und mich erwischt.

Als Asthmatikerin legte sich die Corona-Infektion sofort auf Ihre Lunge. Zwei Tage später lag sie mit einer Sauerstoffsättigung von nur noch 87% auf der Corona-Station des Universitätsklinikums Dresden und bekam Sauerstoff zugeführt. Diagnose: Covid-19-Pneumonie.

Zurzeit hat sie mit Folgeschäden zu kämpfen. Die Luftnot ist mittlerweile etwas abgeklungen, sie ist allerdings nicht belastbar, leidet unter



einer dauerhaft erhöhten Herzfrequenz und unter immer wiederkehrenden Schwindel- und Kreislaufproblemen.

Hat sich durch die Erkrankung grundsätzlich etwas an Ihrer Einstellung zu Corona verändert?

Meine und unsere Einstellungen zu Corona haben sich grundsätzlich nicht geändert. Man hat ja verfolgen können, dass „irgendwas“ da ist und man dies ernst nehmen muss. Allerdings: Vor der Familieninfektion hatten wir gedacht, es erwischt uns nicht. Die Angst davor spielte zwar minimal eine Rolle – gerade bei meiner Frau – aber wir versuchten es natürlich runterzuspielen. Ich denke, niemand kann sich aussuchen, ob er sich infiziert und wie der daraus resultierende Verlauf ist. Es gibt alles: von keinerlei Symptomatik bis hin zum Krankenhausaufenthalt mit sehr starken Symptomen und sogar einen tödlichen Verlauf – das muss in das Bewusstsein jedes einzelnen.

Was raten Sie Ihren Kolleginnen und Kollegen?

Meinen Kollegen, Freunden, Bekannten und Mitmenschen rate ich immer dasselbe: Nehmt die Sache ernst! Keiner kann den Krankheits-

verlauf vorbestimmen oder gar mitbestimmen. Dieses Virus kann, in der momentanen Situation, für jeden lebensgefährlich sein. Eine Impfung ist sinnvoll, sinnvoll für jeden Einzelnen und auch für die Gesellschaft – es gilt Selbstschutz und Schutz der Mitmenschen!

Vielen Dank für Ihre Offenheit, Herr Tauchnitz!

Vier gute Gründe für das Impfen

Der COVID-19-Impfstoff ...

- verhindert schwere Krankheitsverläufe. Die Impfung ist der bestmögliche Schutz für besonders gefährdete Menschen – zumal es bisher keine heilenden Medikamente für COVID-19 gibt.
- ist gut verträglich. Die Nebenwirkungen bewegen sich im üblichen Rahmen und sind nicht bedrohlich.
- wurde streng geprüft. Die Zulassung erfolgte nach anerkannten wissenschaftlichen Standards. Der Prozess ließ sich beschleunigen, weil klinische Studien und ihre Auswertung parallel liefen und so Zeit gewonnen wurde.
- hilft, die Pandemie zu beenden. Der Impfstoff rettet Leben und senkt das Risiko für schwere Krankheitsverläufe. So leistet er einen wichtigen Beitrag, zu einem normalen Leben zurückzukehren.

Zwei Perspektiven

Der 2. Lockdown aus der Sicht unserer Redakteure

Krisen sind immer Zeiten der Bewährung. Wer Erwin Geschonnecks Lebenserinnerungen „Meine unruhigen Jahre“ liest, der weiß, was es bedeutet, Katastrophen und Grausamkeiten erdulden zu müssen. Ausweglosigkeit hat er nie hingegenommen: nicht in den Konzentrationslagern der Nazis, nicht im zertrümmerten Berlin, auch nicht in den Jahren des schweren Anfangs nach dem Zweiten Weltkrieg.

Geschonneck ist vielen Menschen kein Unbekannter. In mehreren Generationen hat er seine Spuren hinterlassen, hat mit seiner Schauspielkunst zum Nachdenken und zum Verstehen-Wollen angeregt – so selbstverständlich und natürlich, dass man glaubt, gar mit ihm bekannt zu sein. Der exzellente Schauspieler, der nie die Augen vor den Tatsachen verschloss, suchte stets nach Wegen Nützliches, Sinnvolles und Hilfreiches zu tun. Er konnte verzweifelte Zeitgenossen aufmuntern. Für Erwin Geschonneck war die Solidarität stets Herzensache.



Peter Salzmann

Die Pandemie ist zweifelsfrei eine Krise der besonderen Art. Mal wieder zu einem Buch zu greifen ist allemal besser, als vor dem Bildschirm zu sitzen, auch wenn der Fernseher täglich zur Genüge Corona-Informationen liefert und uns auffordert, Hilfsbedürftigen unter die Arme zu greifen. Wenn ich mich in meinem Freundes- und Bekanntenkreis umhöre, dann erfahre ich, dass Spaziergänge möglichst durch den Wald täglich auf dem Zettel stehen. Nachbarn und Verwandte bekommen Hilfe, wenn Einkäufe oder Apothekengänge unerlässlich sind.

Andere bevorzugen Kreuzwörterrätsel oder umfangreiches Zeitungstudium, um den grauen Zellen auf die Sprünge zu helfen. Mancher entrümpelt seinen Keller oder sortiert persönliche Unterlagen. Schließlich müssen Impfausweis, Medikamentenliste und Personalausweis, vielleicht auch ein ärztliches Attest bereitliegen, wenn der Anruf für die Corona-Impfung kommt.

Immer wieder hört man, dass Urlaubswünsche für 2021 in der Familie besprochen werden. Reisebüros halten trotz Corona Angebote bereit, die interessant sind – auch wenn Lockerungen bis dato kaum denkbar sind. Doch Reiseveranstalter halten Vorschläge bereit, Risikobuchungen auch über Landesgrenzen hinaus zu wagen.

Wer ein Ehrenamt innehat – in der Volkssolidarität, in Vereinen und Verbänden aller Art – nutzt die Zeit, um per Telefon Absprachen zu treffen, denn das Leben braucht unsere Tat nach der Pandemie.

Peter Salzmann

Ein durchschnittlicher Arbeitstag hat acht Stunden. Ein durchschnittlicher Kindertag hat ebenfalls acht Stunden. Ohne auswärtige Betreuung sind Kinder durchschnittlich 12–14 Stunden wach am Tag. In der aktuellen Situation finden Arbeit und Kinderbetreuung aber nicht parallel statt, sondern zumeist hintereinander. Ein Tag hat aber nur 24 Stunden – wo finden sich die Stunden für Haushalt, Erholung und Schlaf?

Das Leben all jener, die in diesen Tagen nach Ideen suchen, um ihren Tag zu füllen, kommt jungen

Familien Lichtjahre entfernt vor. Erwerbstätige Sorgeberechtigte mit teilweise noch kleinen Kindern liefern täglich ein Rundumleistungspaket ab. Da, wo andere endlich einmal Yoga daheim praktizieren und ihre Schränke entrümpeln, kämpfen Eltern schon wieder an der Snackfront.

Das sprichwörtliche Dorf, dass es zum Kinderaufziehen braucht, ist seit spätestens Herbst 2020 wieder beschränkt auf die Kernfamilie. Sämtliche sozialen Gefüge sind außer Kraft gesetzt: Großeltern und andere Verwandte, Nach-



Julia Staiger

barn, Freunde, Pädagogen und Gleichaltrige fehlen. Dabei sind

vielfältige Ansprechpartner für Kinder (und Eltern) unerlässlich. Kindererziehung ist nun einmal auch Arbeit und setzt – allein verteilt auf den Schultern von einem oder zwei Elternteilen – allen zu. Zuwendung, Zuspruch und Bindung zu wichtigen Bezugspersonen kann eine Kernfamilie nicht nur in sich selbst finden und so sind die Tage des Lockdowns daheim zum einen turbulent, laut und voll und zum anderen zäh, lang und viel Energie abfordernd. Fami-

lien manövrieren zwischen quälender Langeweile (der Kinder) und chaotischer Überforderung (der Eltern). Natürlich gibt es auch die schönen Seiten: Noch nie wurde so viel Zeit miteinander verbracht, gemeinsam spaziert und zusammen gebacken, gebastelt, gelesen, gemalt, gespielt, gebaut, gewerkelt, genäht, gewebt, gestempelt, geformt und gealbert. Das heißt: Wenn sich Zeit dazu findet! Denn neben der Erwerbsarbeit beider El-

ternteile warten weitere Aufgaben wie Einkaufen, Kochen, Aufräumen, Putzen, Wäsche waschen und Pflegen. Ganz hintenan steht Regeneration und Schlaf – beides deutlich zu kurz! Das System, in dem aktuell die meisten Familien mit kleinen Kindern leben, ist nicht unmöglich zu bewältigen, aber es ist schlichtweg nicht „artgerecht“.

Julia Staiger

Zwei Jahre Fachservicestelle Sachsen bei der Volkssolidarität Dresden e. V.

Seit dem 30. April 2019 arbeitet die Fachservicestelle Sachsen für Alltagsbegleitung, Nachbarschaftshilfe und anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag im Auftrag des Sächsischen Staatsministeriums für Soziales und Gesellschaftlichen Zusammenhalt in Trägerschaft bei der Volkssolidarität Dresden e.V. Die Fachservicestelle setzt sich für den Ausbau der neben der Pflege wichtigen zusätzlichen Betreuung- und Entlastungsangebote ein. Das multiprofessionelle Dreier-Team unter der Leitung von Marion Beyer informiert, berät und vernetzt alle Akteure in diesen Bereichen.

Im sächsischen Förderprogramm „Alltagsbegleiter“ unterstützen Ehrenamtliche Senioren ab 60 Jahren ohne Pflegegrad bis zu 32 Stunden im Monat und erhalten hierfür eine Aufwandsentschädigung in Höhe von bis zu 80 Euro. Den Pflegebedürftigen, die noch zu Hause versorgt werden, stehen Nachbarschaftshelfer im bürgerschaftlichen Engagement und gewerbliche Angebote zur Un-

terstützung im Alltag zur Verfügung, um den monatlichen Entlastungsbetrag in Höhe von 125 Euro einsetzen zu können. Nachbarschaftshelfer erhalten eine pauschale Vergütung bis zu 10 Euro/Stunde und können maximal 40 Stunden im Monat tätig sein.



Die Fachservicestelle Sachsen betreut mit der Bewilligungsstelle Sächsische Aufbaubank sachsenweit in der Alltagsbegleitung 89 Projektträger. Gemeinsam mit 16 Kontaktstellen in den Regionen ist sie Ansprechpartner für 3.918 Nachbarschaftshelfer in ganz Sachsen. Sie akquiriert Beratungs- und Entlastungsangebote, berät und informiert hierbei zu Anerkennungs Voraussetzungen und -prozedere. Seit 2020 ist die Fachservicestelle zuständig für die Akquise von Schulungsanbietern, welche Beschäftigte in anerkannten Entlastungsangeboten (Hauswirtschaft, Reinigung, passive Begleitung) auf ihre Tätigkeit bei Pflegebedürftigen vorbereiten. Es gelang ihr im letzten Jahr, elf Schulungsanbieter für diese Aufgabe zu gewinnen. Die Fachservicestelle prüft hier gemeinsam mit dem Kommunalen Sozialverband (KSV) Sachsen die Schulungskonzeptionen.

Die Zusammenarbeit mit dem Auftraggeber Sozialministerium ist eng und gegenseitig befruchtend. Zu den anerkannten

Angeboten, einschließlich der Nachbarschaftshilfe, findet ein intensiver Austausch mit Pflegekasen, Kommunalem Sozialverband Sachsen und Schulungsanbietern statt. In den einzelnen Landkreisen und kreisfreien Städten sind die Pflegekoordinatoren die Multiplikatoren vor Ort. Daher verläuft die Kommunikation in der Fachservicestelle in erster Linie per Telefon und E-Mail. Die Fachservicestelle konnte darüber hinaus gemeinsam mit den Pflegekoordinatoren in allen Landkreisen und Städten Veranstaltungen und Treffen gestalten und unterstützen und war 2019 mit den Ministerien in Riesa zum Tag der Sachsen präsent.

Das hat 2020 mit dem Ausbruch der Pandemie vorerst ein Ende gefunden. Nun werden der Austausch und die Vernetzung verstärkt digitalisiert über Videokonferenzen organisiert. Gerade in Zeiten von Corona haben sich vor allem pflegende Angehörige, aber auch Pflegebedürftige und Senioren selbst mit ihren Fragen und Problemen an die Fachservicestelle gewandt. Die ständig aktualisierende sächsische Corona-Schutzverordnung, die Bestimmungen in den einzelnen Landkreisen und Städten, die eingeschränkten oder nicht mehr vorhandenen Schulungsmöglichkeiten und die Diskussion um alternative Lösungen und deren Durchführung haben das „Kleeblatt“ am Standort Leubnitz in den letzten Monaten in Atem gehalten. Hierbei zeigte sich, dass insbesondere die Gruppe der pflegenden Angehörigen immer mehr an ihre Grenzen kommt.

Die Angebote der Fachservicestelle gewinnen in einer Zeit, in der Menschen immer älter werden, zunehmend an Bedeutung. Daher ist es ihre Aufgabe, diese Angebote bekannter zu machen. Für ein „Gutes Leben im Alter“

in Sachsen wurden zielgruppenspezifische Flyer und Plakate entwickelt, die Projektträger, Menschen mit Interesse an Ehrenamt und bürgerschaftlichem Engagement sowie Senioren und Pflegebedürftige ansprechen.



Der Internetauftritt der Fachservicestelle im PflegeNetz Sachsen muss weiter ausgebaut und gestaltet werden. Die Vernetzung mit Kontaktstellen und Schulungsanbietern der Nachbarschaftshilfe und die Projektträgere treffen der Alltagsbegleitung finden vorerst digital statt. Da der Beratungsaufwand – insbesondere zur Nachbarschaftshilfe – enorm groß ist, fehlt es mitunter an Zeit.

Da diese Nachbarschaftshelfer nicht innerhalb eines Vereins oder Trägers tätig sind, zeigten sich gleich zu Anfang diverse ungeklärte Fragen zu Versicherung, Besteuerung, Abrechnung usw. Die Fachservicestelle schob die Klärung dieser Fragen an. Das Sozialministerium konnte dann gemeinsam mit Finanz-, Wirtschafts- und Innenministerium

Lösungen erarbeiten. Daraus entstand ein Informationsblatt, welches nun den Nachbarschaftshelfern zur Verfügung steht. Des Weiteren setzte sich die Fachservicestelle dafür ein, dass sich die Zahl der Kontaktstellen für Nachbarschaftshilfe verdoppelte.

Übergeordnet betrachtet hat sich gezeigt, dass eine solche Fachservicestelle bei einem praxiserfahrenen Träger, in enger Zusammenarbeit mit dem Ministerium und vernetzt mit landesweit allen Akteuren eine große Chance in sich trägt. Hierüber gelingt die neutrale Vermittlung essentiell wichtiger Praxiserfahrung an das Sozialministerium und weiteren Entscheidungsträger. Aufgrund dieser Form stellt die Chance auf Beachtung einen großen Gewinn dar. Auch wenn nicht immer alles berücksichtigt werden kann, ist diese Möglichkeit unendlich viel wert und wäre auch den anderen Ministerien zu wünschen.

Mittlerweile kommen auch Anfragen aus anderen, insbesondere angrenzenden Bundesländern, die eine solche Fachservicestelle, aber auch unser Förderprogramm Alltagsbegleiter gerne hätten. Nordrhein-Westfalen, Hamburg, Schleswig-Holstein und Mecklenburg-Vorpommern haben mit der Nachbarschaftshilfe schon nachgezogen. Dies zeigt auf, dass die Notwendigkeit einer solchen Stelle auch außerhalb Sachsens zunehmend erkannt wird. Es bleibt zu hoffen, dass in der Zukunft die Angebote trotz Corona aufrechterhalten werden können und andernorts zur Nachahmung und Vervollkommnung anregen. Die Mitarbeiterinnen der Fachservicestelle sind offen für Vernetzung und Austausch weit über die Grenzen Sachsens hinaus.

Wie geht es den Beratungs- und Begegnungsstätten im 2. Lockdown?

Wie im Märchen „Dornröschen“ ist derzeit alles ganz still, das Leben ruht. Auch in den Begegnungsstätten ist es seit 14. Dezember 2020 wieder einsam. Senioren, die sonst regelmäßig vorbeikommen, sich Rat oder sozialen Austausch holen, bleiben zu Hause und befolgen damit die inständigen Bitten der Regierung zur Eindämmung der Auswirkungen des Corona Virus, nicht zuletzt um sich selbst vor einer Infektion zu schützen. Und dennoch: In den Begegnungsstätten selbst, vor allem ausgehend von den Mitarbeitern, mahlen die Mühlen weiter kräftig. Hier wird unbeirrt weiterhin für ältere Bürger gedacht und getan. Nicht zuletzt zeugten die Weihnachts-CD sowie der Podcast-Adventskalender vom emsigen Tun unserer Mitarbeiter. Bereits im Frühjahr 2020 entwickelte Frau Reichel aus der Seniorenbegegnungsstätte Friedrichstadt die Idee eines Gedächtnis-Wochenrätsels, Herr Dzingel und Frau Thielemann aus dem Begegnungs- und Beratungszentrum (BBZ) Klotzsche griffen die Idee gerne auf. Ab April, setzten die beiden diese in die Praxis um. Das Wochenrätsel erfreut sich seitdem großer Beliebtheit und wird noch immer mit einer monatlichen Ausgabe fortgeführt. Ohne ginge es auch gar nicht, die Senioren warten monatlich sehnsüchtig auf die neue Ausgabe. Wir haben Frau Thielemann hierzu interviewt:

Frau Thielemann, wie viel Spaß macht es eigentlich, das Gedächtnisspiel zu entwerfen? Haben Sie mittlerweile Routine im Zusammenstellen? Finden Sie genug Stoff, um das Blatt noch weiter zu gestalten?

Ich war früher im Bereich der Erwachsenenbildung tätig und habe Kurse für Alltagsbegleiter angeleitet und durchgeführt. Als ehemalige Dozentin in einer privaten Berufsschule achte ich darauf, dass alle verschiedenen kognitiven Bereiche angesprochen werden, die Inhalte einen saisonalen Bezug haben und sich hin und wieder an Highlights, wie zuletzt Weihnachten, orientieren. Dank meiner Erfahrungen aus dieser Zeit habe ich noch sehr viele Bücher mit Spielideen für Senioren – mit und ohne Gedächtniseinschränkungen. Die restliche Inspiration beziehe ich auch gern mal aus Internetseiten wie Pinterest oder Pixabay. Auch bei altwerden.de und im Fernsehen werde ich oft fündig.

Ich habe immer viel Spaß und Freude daran das Wochenblatt zu erstellen – die Ideen gehen mir eigentlich nie aus. Gedächtnisspiele begleiten und faszinieren mich schon lange und beson-

ders, seitdem ich im BBZ Klotzsche arbeite. Die Kombination aus Spiel und Rätsel gefällt mir sehr. Manchmal bediene ich mich auch aus dem Fragenrepertoire von Intelligenztests.

Wie reagieren die Senioren auf das Blatt? Gibt es Rückmeldungen?

Wir bekommen viele Anrufe, zum Teil sind das Nachfragen, wie z.B. Sudoku gelöst werden, zum Teil aber auch Vorschläge für neue Ideen, Bilderdateien für die Bilderrätsel oder auch mal freundliche Hinweise auf

Tippsfehler oder ähnliches. Die Partizipation der Senioren ist deutlich fühlbar.

Eine tolle Geschichte kann ich Ihnen erzählen. In der Dezemberausgabe brachten wir ein kleines Gewinnspiel: Aus den Buchstaben des Wortes GLÜHWEINGEWÜRZMISCHUNG sollten so viele neue Wörter wie möglich gebildet werden. Erlaubt waren nur real existierende! Der 1. Preis ging an einen 92-Jährigen, der insgesamt 520 neue Worte (!) bildete. Dabei ist er systematisch vorgegangen und hat die Worte in alphabetischer Reihenfolge der Reihe nach geordnet auf vielen Blättern zusammengebracht. Der 2. Preis wurde für 200, der 3. für 100 Wörter vergeben. Die Kreativität und Cleverness der Senioren hat uns wirklich stark beeindruckt. Sobald die Geschäfte wieder geöffnet haben, erhalten die Gewinner ihren Preis: ein Rätselbuch.

Wir bestärken die Senioren immer wieder sich selbst Aufgaben ausdenken, Wünsche zu äußern oder Vorschläge einzureichen und sich so zu beteiligen. Bei der Aufstellung des „Bilderrätsels – Wo ist das in Dresden?“ hilft uns beispielsweise sehr verlässlich Herr Schade. Er wird bald seinen 90. Geburtstag feiern und begibt sich



trotz Gehbehinderung regelmäßig auf den Weg um neue Fotos für uns zu schießen. Im Jahr kommt er etwa auf 50–100 Bilder. Über jedes einzelne freuen wir uns jedes Mal sehr.

Wie viele Gedächtnisblätter sind derzeit im Umlauf?

Pro Monat werden etwa 200–300 Exemplare verteilt. Deadline ist immer der 15. eines jeden Monats, da-

nach wird es verteilt. Ehrenamtliche aus den Mitgliedergruppen helfen uns und verteilen die Blätter, zwischen fünf und sechs Seiten stark, in ihren Gebieten in die Briefkästen. Auch zwei Pflegeheime in der Nähe unseres BBZs sowie umliegende Pflegedienste und Arztpraxen erhalten Exemplare. Damit gelingt es uns, auch andere Menschen für die Volkssolidarität zu begeistern, was

letztendlich dem Mitgliederzuwachs zuträglich ist.

Übrigens: In meiner Urlaubszeit wird das Gedächtnisblatt von Herrn Dzingel fortgeführt, damit es keinen Monat ausfallen muss.

Vielen Dank für Ihren Beitrag und Ihr Engagement, liebe Frau Thielmann!

Singen in Zeiten von Corona

Singen, das ist wie Medizin und dabei spielt es keine Rolle, ob im Kleinen jeder für sich allein oder im Großen in einer Gemeinschaft oder gar in der Öffentlichkeit.

Singen – und ganz besonders das Singen in einem Chor – trainiert das Gedächtnis und die Sprache, es stärkt das allgemeine Wohlbefinden und den Gemeinschaftssinn. Auf diese Weise werden regelmäßige Chorproben einerseits zu einer Art Fitnessprogramm und andererseits zu liebevoll gewonnenen Stunden des sozialen Miteinanders, denn die Freude am gemeinsamen Singen verbindet.

Doch seit Corona fehlt uns genau diese Medizin, denn seit Corona ist alles anders. Keine Proben, keine Auftritte und Kontakte nur über Telefon und die anderen üblichen Medien.

Wir sind ein Seniorenchor, die meisten von uns sind deutlich über 70. Da ist die Handhabung von Computertechnik keineswegs selbstverständlich. Deshalb war eine virtuelle Chorprobe für uns eher jenseits des Realisierbaren. Wir konnten als Chor nur abwarten, doch eben dieses Nichts-Tun-Können fiel uns sehr schwer.

Wir sehnten uns nach Alternativen. Mit großer Freude begrüß-

ten wir die ersten vorsichtigen Lockerungen der Corona-Sicherheitsmaßnahmen im Juni und die nun gegebene Möglichkeit im Freien zu singen, natürlich immer unter Einhaltung großer Sicherheitsab-

wegen der großen Abstände, aber darauf kam es gar nicht an. Wichtig war, wir konnten uns sehen und wir konnten gemeinsam singen.

Wie das in einem Park so ist, kamen auch Passanten, die kurz stehen blieben, lauschten und sich an der Abwechslung erfreuten. Hin und wieder kamen auch Spaziergänger, die mit Angehörigen eines in der Nähe liegenden Pflegeheimes an der frischen Luft unterwegs waren.

Das brachte uns auf eine Idee, die wir sofort als Projekt in die Tat umsetzten. Wir dachten an die Pflegeheime, in denen wir seit Jahren regelmäßige Auftritte haben, wo wir Liedernachmittage gestalten und die Bewohner zum Mitsingen anregen. Nicht nur, dass das alles ausfallen musste, auch die Pflegeheime hatten wegen des hohen Risikos kaum Möglichkeiten, den Bewohnern etwas kulturelle Abwechslung zu bieten.

Wir nahmen umgehend Kontakt auf mit verschiedenen Dresdner Pflegeheimen und boten an, für eine Stunde unsere Lieder in den Innenhöfen, den Parkanlagen oder Gärten der Einrichtungen zu singen. Die Bewohner wurden vom Pflegepersonal an die Fenster und auf die Balkons gebracht und einige – so-



*Ein Anfangsversuch: Singen im Park.
Mit Maske schwer machbar ...*



... aber so und ohne Maske schon eher.

stünde. So suchten wir nach einem für uns geeigneten Ort und fanden ihn im Dresdner Blüherpark.

Von nun an trafen wir uns donnerstags dort und sangen von 10 bis 11 Uhr unsere Lieder. Ein schöner Klang ist etwas anderes, schon

weit Fläche und Abstand es zuließen – auch ins Freie. So sangen wir seitdem jeden Donnerstag in einem anderen Dresdner Pflegeheim, brachten den Bewohnern mit unseren Liedern etwas Abwechslung in den eintönig gewordenen Alltag und den zurzeit stark beanspruchten Pflegekräften eine willkommene kurze Verschnaufpause.

Mit Freude haben wir festgestellt, dass unsere Zuhörer im Park oder auch auf den Balkons trotz der ungewöhnlichen Umstände und des großen Abstandes immer wieder das eine oder andere Lied mitsangen. Mit großem Stolz können wir berichten, dass wir für dieses Projekt einen 1. Platz bei der Verleihung des „Förderpreises für Dresdner Laienchöre“ erhalten haben.

Aber dann waren wir in der kalten Jahreszeit angekommen und



Wir singen im Pflegeheim Kipsdorfer Str. 93 ...



... und im Elbwiesenhof, Bodenbacher Str. 47.

ein Singen im Freien wurde immer schwieriger und der erneute Lockdown machte unsere Hoffnung zunichte, wenigstens gemeinsam Weihnachtslieder singen zu können.

Doch sobald die Vorschriften gelockert werden können und ein Proben in unserem Proberaum wieder erlaubt sein wird, anfangs sicher noch unter strengen Hygienevorschriften, werden wir wieder gemeinsam singen.

Bis dahin singt jeder für sich allein zu Hause, aber wenn wir dabei die Augen schließen, an die anderen Chormitglieder denken und uns an gemeinsame Auftritte erinnern, so haben wir trotz Entfernung das Gefühl, miteinander verbunden zu sein.

*Christine Görner
Vorsitzende Seniorenchor „musica 74“*

Aus der Arbeit mit einer Jüngsten

Mein Name ist Max Michel, ich bin Koordinator im Ambulanten Dienst West. Ich möchte die Sonderausgabe „Lebenszeichen“ nutzen, um Ihnen in dieser besonderen Zeit von unserem Versorgungsauftrag gegenüber der dreijährigen Anna zu erzählen.

Anna leidet an einer Form des Diabetes mellitus, die es nötig macht, dass wir als Pflegedienst die Versorgung über den Tag übernehmen. Anna besucht den Kindergarten und benötigt von uns die Unterstützung beim Mittagessen und Vesper. Beim Diabetes Typ 1 kann der Körper kein eigenes Insulin produzieren, dennoch ist er auf dieses angewiesen. In der heutigen Zeit gibt es die Möglichkeit diese Problematik fast automatisch über Insulinpumpen zu steuern. Dabei muss die Pumpe immer am Körper getragen werden.

Zu Beginn unserer Versorgung im September war Anna sehr schüchtern und zurückhaltend. Durch täg-

liche Einsätze und Hilfe der Eltern und Pädagogen klappt die Versorgung mittlerweile ohne Probleme. Die Corona-Pandemie hat es nötig gemacht, dass wir diese Einsätze mit nur einer Pflegefachkraft organisieren, um den Kindergarten so gut

wie möglich zu schützen. Zu Weihnachten konnten wir der kleinen Anna im Namen der Volkssolidarität eine Freude bereiten.

*Max Michel
Koordinator Ambulante Dienste West*



Friedhofsprojekt in der Euroregion Elbe/Labe* sucht Mithelfer

Die Kommunalgemeinschaft Euroregion Elbe/Labe, ansässig in Dresden, sucht Menschen, die auf Friedhöfen im deutsch-tschechischen Grenzgebiet nach unbekanntem Persönlichkeiten „forschen“

Warum dieses Projekt?

Ziel dieses Projektes ist es, den Bewohnern und Gästen der Euroregion Elbe/Labe die Geschichte der Region anhand der Biografien von Menschen näher zu bringen, die hier einmal gelebt haben und nun auf den Friedhöfen in der Region ruhen.



Um welche Menschen geht es?

Wir haben dabei nicht nur diejenigen Persönlichkeiten im Blick, die weithin bekannt sind, sondern auch die vielfach unbekanntem, „einfachen“ Menschen, die ebenfalls die Region geprägt und ihre Spuren hinterlassen haben. Mit den Biografien kann es gelingen, das Leben zu früheren Zeiten anschaulicher zu machen und zur Suche nach Spuren der früheren Bewohner zu animieren.

Der Begriff „Biografie“ sollte dabei nicht zu anspruchsvoll interpretiert werden. Es geht nicht darum, das Leben der Personen komplett und detailliert zu beschreiben. Wenn sich darüber wenig Erkenntnisse gewinnen lassen,

sind auch Bruchstücke ausreichend, um das skizzierte Ziel zu erreichen.

Wer kann etwas beitragen?

Wir sind bei den Biografien auf vielfältige Zuarbeiten aus unterschiedlichen Richtungen angewiesen. Einerseits hoffen wir, Schulen dazu animieren zu können, mit ihren Klassen Recherchen zu lokalen Persönlichkeiten anzustellen. Auf diese Weise erhalten sie einen neuen Zugang zu Geschichte ihrer Region, können vor Ort nach Spuren suchen und lernen zudem im besten Fall auch die Arbeit von Archiven näher kennen.

Andererseits wünschen wir uns Beiträge von einigen der vielen Menschen, die sich für Heimatgeschichte interessieren, die etwas über ihre eigenen Vorfahren einbringen wollen oder die sich mit bestimmten Personen intensiver beschäftigt haben.

Wie werden die Biografien veröffentlicht?

Die Euroregion Elbe/Labe nimmt die Texte und nach Möglichkeit auch Bilder zu den Biografien entgegen und veröffentlicht sie auf der Website www.elbelabe.eu.

Ein Beispiel für die Form der Veröffentlichung ist unter www.elbelabe.eu/poi/k/kirche-arnoltice zu finden. Dort sind einige Namen hinterlegt, zu denen aber noch biografische Angaben fehlen, die über die auf den Grabsteinen zu findenden hinausgehen.

Zudem planen wir, auf den Friedhöfen, wo dies möglich und gewünscht ist, mit QR-Codes an den Gräbern darauf hinzuweisen, dass zu den dort beigesetzten Personen weitere Informationen abgerufen werden können.

Kommunalgemeinschaft Euroregion Oberes Elbtal/Osterzgebirge e. V.

* Die Euroregion Elbe/Labe ist eine der Euroregionen mit deutschem und tschechischem Anteil. Zweck der kommunalen Interessengemeinschaft ist die grenzüberschreitende Zusammenarbeit auf supranationaler Ebene. Größte Städte der Region sind Dresden und Ústí nad Labem.

Kontakt: Kommunalgemeinschaft Euroregion Oberes Elbtal/Osterzgebirge e. V.
An der Kreuzkirche 6
01067 Dresden
Telefon: 0351 49 77 10 11
info@elbelabe.eu

Ergebnis der 73. Listensammlung

Auch unter erschwerten Bedingungen, in Zeiten der Kontaktbeschränkungen und der Einhaltung von Abständen und Hygiene, ist es gelungen in der 73. Listensammlung des Volkssolidarität Dresden e. V. ein bemerkenswertes Ergebnis zu erzielen. Unter dem Motto „Herzenswunsch“ wurden in der Sammlung im September 10.559,50 EUR gespendet bzw. eingeworben. Wir freuen uns über dieses tolle Ergebnis und bedanken uns ganz herzlich bei allen Spendern, insbesondere bei all unseren Sammlern, die zu diesem Spendenerfolg beigetragen haben.

Wir sagen Danke!

Für langjährige Verbundenheit zur Volkssolidarität danken wir

im März

für 60 Jahre Mitgliedschaft, Marianne Peschel

im April

für 40 Jahre Mitgliedschaft, Ursula Nawroth,
Dr. Ingrid Liebscher, Wilfried Pfeiffer

für 60 Jahre Mitgliedschaft, Gisela Buhlmann,
Helga Lörus, Annelies Zok

im Mai

für 50 Jahre Mitgliedschaft, Monika Kaiser

für 60 Jahre Mitgliedschaft, Alice Birker,
Heinz Kupijai, Anita Hähnel, Ruth Lindemann, Ursula Malsch,
Barbara Schellenberger, Christa Tauchnitz

FEHLERTEUFEL

Fehler in der letzten Ausgabe 4/2020

Kurzfristige, Corona-Pandemiebedingte Änderungen hatten zur Folge, dass das Inhaltsverzeichnis und damit auch eine Schlagzeile der Titelseite nicht mehr ganz korrekt waren. Wir bitten um Ihr Verständnis!

IMPRESSUM

Lebensbilder 01/2021, 25. Jahrgang

Herausgeber:	Volkssolidarität Dresden e. V., Stabsstelle Kommunikation, Altgorbitzer Ring 58, 01169 Dresden
Telefon :	(03 51) 50 10-170
E-Mail :	info@volkssolidresden.de
Redaktion:	Christoph Amberger, Peter Baumann, Peter Salzmann, Julia Staiger
V.i.S.d.P.:	Peter Baumann
Gestaltung/Druck:	Druckerei & Verlag Fabian Hille, Dresden www.hille1880.de
Bildnachweis:	Volkssolidarität Dresden e. V.

Ausgabe 2/2021:

Redaktionsschluss:	9. April 2021
Anzeigenschluss:	23. April 2021
Erscheinungstermin:	KW 21

Alle Rechte vorbehalten. Für die Richtigkeit der abgedruckten Anzeigen übernimmt der Herausgeber keine Verantwortung. Nachdruck der redaktionellen Beiträge, Fotos und veröffentlichten Anzeigen nur nach ausdrücklicher Zustimmung. Zuwiderhandlungen werden straf-/zivilrechtlich verfolgt. Erfüllungsort und Gerichtsstand ist Dresden.

Wir nehmen Abschied von

Ursula und Herbert Träber



Mit wenigen Tagen Abstand sind am 7. Dezember 2020 Ursula Träber und am 11. Januar 2021 Herbert Träber – langjährige Mitglieder der Mitgliedergruppe 63 „Am Trinitatisplatz“ – im hohen Alter von 93 Jahren verstorben.

Wir gedenken beiden sehr aktiven Mitgliedern, die über Jahrzehnte wichtige Funktionen in der Volkssolidarität begleitet haben:

Herbert als Mitglied des Landesvorstandes und von 1989 bis 2014 als Vorsitzender der MG 63. Dazu übernahm er noch befristet den Vorsitz einer weiteren Mitgliedergruppe in Johannstadt als deren Vorstand nicht mehr arbeitsfähig geworden war. Er war Träger der Silbernen und Goldenen Solidaritätsnadel.

Ursula wirkte unermüdlich als Hauptkassiererin und beide zusammen bis zuletzt als Kassierer, Betreuer und Helfer einer sehr großen Untergruppe der MG 63. Ihr großes Verdienst ist es, gemeinsam mit vielen Gleichgesinnten und Weggefährten über Jahrzehnte bis in die heutige Zeit ein reges Mitgliederleben gestaltet zu haben.

Wir denken gern an ihre aufgeschlossene, gewinnende, einfühlsame, lebensfrohe und umsichtige Art, die sie bis ins hohe Alter selbstlos in unsere gemeinsame Arbeit einbrachten.

Ihrer Familie sprechen wir unser tiefes Mitgefühl aus.

Die Vorstände der Volkssolidarität Dresden e. V.
und der Mitgliedergruppe 63

Allein aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten für alle Geschlechter.

Neues Design auf neuen Fahrzeugen

Seit Jahresanfang 2021 sind neue Autos in aktuellem Design für den Service der Volkssolidarität Dresden „Essen auf Rädern“ im Einsatz. Die neuen Fahrzeuge bieten für unsere Fahrer allerlei erhöhten Komfort und Sicherheit: Dank des eingebauten Navigationsgerätes, einer Freisprecheinrichtung und einer umfassenden Bedienung vom Lenkrad aus können unsere Auslieferer ihre Fahrten effizienter gestalten und beispielsweise dank cleverer Parkhilfe schnell und unkompliziert Essen an viele Kunden verteilen.

Ein sympathisches neues Design auf der Karosserie der Fahrzeuge wirbt nun außerdem im Dresdner Raum für den beliebten Service „Essen auf Rädern“. Dabei dient das Oval-Element des traditionellen Siegels der Volkssolidarität in der abgestuften VS-Primärfarbe Grün als gestalterische Grundlage für das Konzept der Autobeklebung. Die Portraitfotografie von „Hans“ erzeugt eine emotionale Botschaft, mit der sich potentielle und



Geschäftsführer der VSG Martin Spur sowie eine unserer Fahrerinnen Kerstin Matthäus

bestehende Kunden leicht identifizieren können. Der Claim „Täglich. Gut. Versorgt.“ beinhaltet praktisch und einfach auf den Punkt gebracht das umfassende Leistungsspektrum. Zusammengefügt schaffen die drei Elemente eine authentische und moderne Außendarstellung der Volkssolidarität Service GmbH.

Die Macht des Humors

Im Leben gibt's auch trübe Stunden,
 drum wurde der Humor erfunden;
 denn man hatte festgestellt,
 dass in dieser schnöden Welt,
 der Mensch oft arg belastet ist -
 mit Ärger und mit andrem Mist.
 Ist er mit Krankheit gar geplagt,
 ist miese Stimmung angesagt.
 Du verkrampfst, bist nicht entspannt,
 dich stört die Fliege an der Wand.
 Ein Zittern schleicht in deine Hände,
 kurzum – nur Negatives – ohne Ende.
 Ja, man kann in solchen Zeiten
 oft sich selber nicht mehr leiden.

Um diesen Umstand umzukehren,
 musst du die inn're Stimme hören,
 weil dein Großhirn plötzlich rief:
 „Mensch, denke doch mal positiv!“
 Die Wirkung spürst du unverzüglich,
 ein Lächeln huscht in dein Gesicht,
 was für den Stimmungswandel spricht.
 Ein Schmunzeln, ein befreites Lachen,
 kann plötzlich alles anders machen.
 Jetzt noch ein Witz, ein heitres Wort,
 und plötzlich sind die Sorgen fort.

(Egon Hanns, 92 Jahre)