

# Lebensbilder

## **MITEINANDER.**

Generation Silent und Babyboomer in der Volkssolidarität Dresden

## **FÜREINANDER.**

Begegnungs- und Beratungszentrum Klotzsche lädt in neue Räumlichkeiten

## **IN DRESDEN.**

Woche der Demenz informiert mit zahlreichen Veranstaltungen

**BRÜCKEN ZWISCHEN GENERATIONEN**

# Pflegefachkräfte und Pflegehelfer gesucht!

(m/w/d)



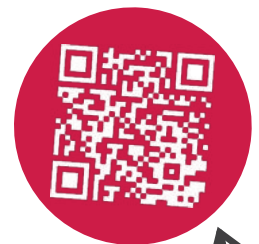
**Aus Liebe  
zu Euch**

## ... weil Pflege

- 📌 mit einem Lächeln beginnt
- 📌 Zeit braucht
- 📌 Fürsorge gibt

**Bewirb Dich jetzt!**

[www.volkssoli-dresden.de/karriere](http://www.volkssoli-dresden.de/karriere)  
oder [bewerbung@volkssoli-dresden.de](mailto:bewerbung@volkssoli-dresden.de)



# Liebe Leserinnen und Leser,



in einer Zeit, in der sich die Welt rasant verändert und die Herausforderungen immer komplexer werden, ist es wichtiger denn je, dass wir als Gemeinschaft zusammenstehen. Die Volkssolidarität Dresden hat es sich zur Aufgabe gemacht, Brücken zwischen den Generationen zu bauen und ein starkes Netzwerk der Solidarität zu schaffen.

Unsere Gesellschaft besteht aus einer Vielzahl von Generationen, jede mit ihren eigenen Erfahrungen, Stärken und Perspektiven. Von den Babyboomern, die den Wiederaufbau nach dem Krieg erlebten, über die Generation X, die den technologischen Wandel vorantrieb, bis hin zu den Millennials und der Generation Z, die in einer digitalisierten Welt aufwachsen – jede Generation hat ihren Beitrag geleistet und prägt unsere Gemeinschaft.

Doch was uns wirklich stark macht, ist die Fähigkeit, voneinander zu lernen und gemeinsam Verantwortung zu übernehmen. Die älteren Generationen können ihre Weisheit und Erfahrung weitergeben, während die Jüngeren frische Ideen und neue Technologien einbringen. Diese gegenseitige Unterstützung ist der Schlüssel zu einer nachhaltigen und zukunftsfähigen Gesellschaft.

Die Volkssolidarität Dresden setzt sich aktiv dafür ein, generationsübergreifende Projekte zu fördern. Ob durch gemeinsame Veranstaltungen, Bildungsprogramme oder soziale Initiativen – lassen Sie uns Räume schaffen, in denen Jung und Alt zusammenkommen, sich austauschen und voneinander profitieren können.

Wir alle tragen die Verantwortung, diese Brücken zu bauen und zu stärken. Es liegt an uns, die Werte der Solidarität und des Miteinanders zu leben und weiterzugeben. Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, dass niemand in unserer Gemeinschaft zurückgelassen wird und jeder die Chance hat, sein volles Potenzial zu entfalten.

Ich lade Sie herzlich ein, sich aktiv an unseren zukünftigen Projekten zu beteiligen und Teil dieser Bewegung zu werden. Wir befinden uns mitten in den Vorbereitungen zu 80 Jahre Volkssolidarität Dresden 2025. Lassen Sie uns die Zeit nutzen, mit Ideen und Tatkraft eine Gemeinschaft in Dresden zu schaffen, die an unsere traditionellen Werte anknüpft und in der alle Generationen Hand in Hand arbeiten und sich gegenseitig unterstützen.

Mit herzlichen Grüßen

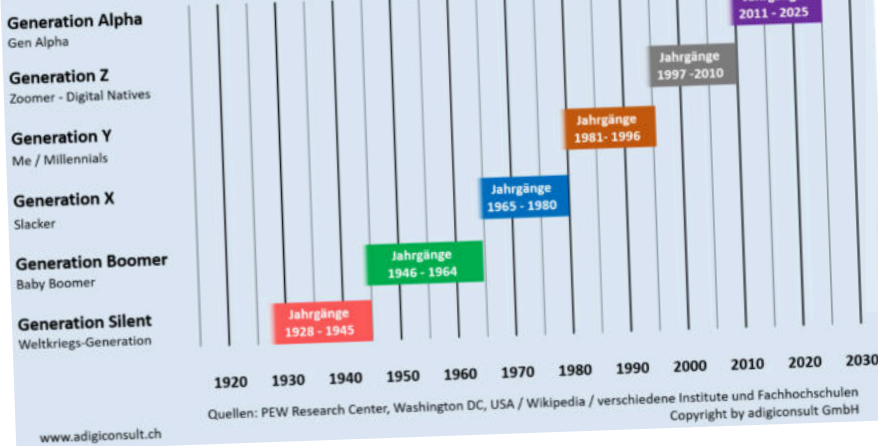
Ihr

**Christian Seifert**

**IMPRESSUM Herausgeber:** Volkssolidarität Dresden e.V., Geschäftsstelle Vorstand & Kommunikation, Altgorbitzer Ring 58, 01169 Dresden **Telefon:** (03 51) 50 10-170 **E-Mail:** info@volkssoli-dresden.de **Redaktion:** Peter Baumann, Kathleen Parma, Peter Salzmann **V.i.S.d.P.:** Peter Baumann **Bildnachweis:** Christin Nitzsche, Volkssolidarität Dresden e.V., freepik **Redaktionsschluss Ausgabe 3/2024:** 3. November 2024 / **Anzeigenschluss:** 10. November 2024 / **Erscheinungstermin:** 10. Dezember 2024 **Gestaltung:** Christin Nitzsche **Druck:** Druckerei & Verlag Fabian Hille Dresden, www.hille1880.de. 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.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

## Übersicht der verschiedenen Generationen (Stand: 2020) (Zielgruppensegmentierung)



## Die Generation Silent (1928-1945)

### in Dresden:

### Ein Vermächtnis des Mutes und der Widerstandsfähigkeit

Dresden, eine Stadt, die durch ihre barocke Architektur und künstlerische Bedeutung bekannt ist, hat im Laufe ihrer Geschichte viele Herausforderungen erlebt. Die Greatest Generation, jene Menschen, die in den frühen Jahren des 20. Jahrhunderts geboren wurden, sahen sich mit einigen der härtesten Prüfungen konfrontiert, die die Menschheit je erlebt hat.

Während des Zweiten Weltkriegs wurde Dresden in einer verheerenden Bombardierung fast vollständig zerstört. Diejenigen, die diese Zeit überlebten, trugen maßgeblich zur Gründung der Volkssolidarität 1945 in Folge des Aufrufs „**Volkssolidarität gegen Wintersnot!**“ bei. Sie zeigten damit deutlich ihren starken Überlebenswillen, den Drang zu Neuanfang und Wiederaufbau unserer Stadt. So legten sie den Grundstein für unsere moderne Stadt.

Sie waren Zeugen der Zerstörung und des Leids, aber auch der Hoffnung und des menschlichen Geistes, der sich in den Trümmern erhob.

Sie bauten nicht nur die physischen Strukturen wieder auf, sondern auch das kulturelle und soziale Gefüge der Stadt. Ihre Geschichten und Erfahrungen sind ein unverzichtbarer Teil des kollektiven Gedächtnisses von Dresden.

Intergenerative Orte und Begegnungsstätten in der Stadt fördern den Austausch zwischen Jung und Alt und halten das Erbe der Greatest Generation lebendig.

Die Greatest Generation mag für ihre Opfer und ihren Mut während des Krieges bekannt sein, aber ihr Einfluss reicht weit darüber hinaus. Sie sind ein Symbol für Widerstandsfähigkeit und Erneuerung, Eigenschaften, die in Dresden tief verwurzelt sind und die Stadt auch weiterhin prägen werden.

### 2025 feiern wir 80 Jahre Volkssolidarität in Dresden

Unser Mitgliederverband verdankt der Dresdner Generation Silent sein Entstehen und auch Fortbestehen. Der Einsatz, mit dem viele engagiert in Mitgliedergruppen und Beirat tätig sind, prägt das Bild der Volkssolidarität in Dresden. **Noch heute sind Männer und Frauen bei uns engagiert, die Zeitzeugen dieser Zeit waren. Danke! Nun ist es an der Zeit, dass die jüngeren Generationen aufschließen, engagiert neue Wege erschließen, um unseren Verein weiter zu führen.**

Kathleen Parma



# Inhalt

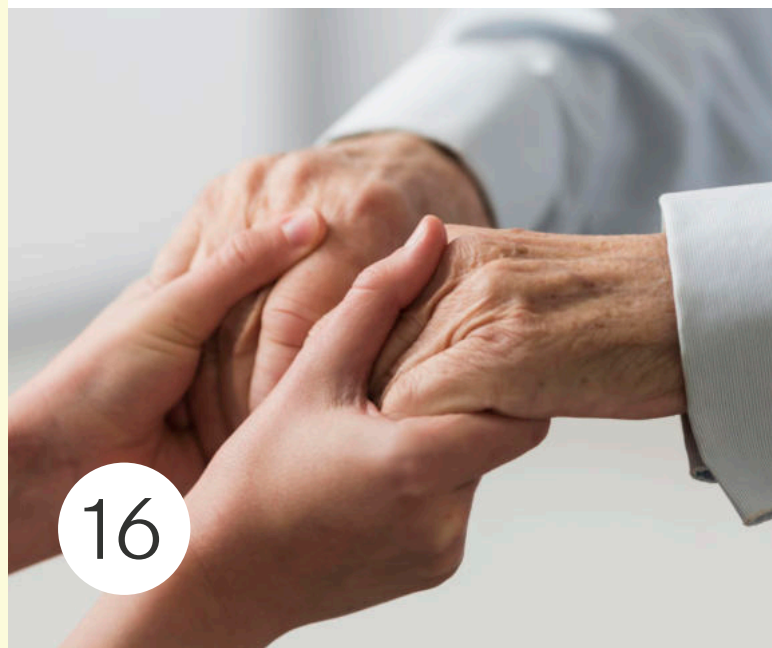
- 1 Editorial**
- 2 Die Generation Silent (1928-1945)**  
Vermächtnis des Mutes
- 4 Generationen im Chor musica 74 im Gespräch:** Das älteste und das jüngste Mitglied
- 5 Dresdner Babyboomer (1946-1964)**  
Die nächste Generation
- 6 Tatkraft der Babyboomer**  
Christiane Hofmann leitet im Ehrenamt Bürgertreff "Marie"
- 7 Das BBZ Kotzsche ist umgezogen**  
Ein Ort zum Wohlfühlen
- 8 Neue Physiotherapie in Gorbitz begeistert Patienten**
- 10 Arbeiten bis ins hohe Alter**  
Arbeitsrecht bei Beschäftigung von Rentnern – Teil II
- 12 Angehörigen empfohlen**  
Ändern Sie die Passwörter Ihrer Liebsten
- 13 Leben mit Inkontinenz**  
Tipps für Betroffene, Angehörige und Pflegekräfte
- 16 Woche der Demenz im Freistaat – auch wir sind dabei**
- 19 Neuer Stiftungsratsvorsitzender**  
Bernd-Dietmar Kammerschen
- 20 Dresden Gorbitz jetzt mit integrierter Kurzzeitpflege**  
Neues Konzept für Verletzte nach Krankenhausaufenthalt
- 22 Und sonst so...**  
Diamantene Hochzeit, Rewe Team Challenge, Ein Bericht, TU Dresden – Studie zur Social-Media-Nutzung



5



7



16

# Wer singt, lebt länger Oder: „Musik ist ihr Leben.“

Donnerstags gegen 19 Uhr: Der Probenraum im Kraftwerk Mitte füllt sich zusehends, wenn sich der Seniorenchor „musica 74“ trifft. Jeder der 75 Mitglieder „freut sich auf das Wiedersehen einmal wöchentlich“, begründet die Chorvorsitzende Christine Görner das herzliche „Miteinander – Füreinander“.

Doch wenn Vitali Aleshkevich pünktlich 9.30 Uhr den Ton angibt, dann zieht er die Blicke auf sich. „Vitali bringt Vitalität“, schildert Frau Görner die Aura des Künstlerischen Leiters. Sie singt Sopran und nennt den Dirigenten „unseren Jungbrunnen“. Doch sie weiß, dass die Blumen des Erfolgs viele Vasen brauchen. So die Chronistinnen Petra Beuchel und Heidi Pietzsch oder Karin Fötsch, seit zehn Jahren Vorsitzende der Volkssolidaritäts-Mitgliedergruppe 930 „musica 74“. Schöne Blumen verdienen auch jene, die symbolisch für die engagierten Sängerinnen und Sänger genannt werden: die 63-jährige Andrea Materne, aber vor allem die 92-jährige Altistin Waltraud Wachs – in Seidnitz zuhause – die schon vor 60 Jahren in der renommierten Dresdner Singakademie und im Bach-Chor in zwei bedeutenden Gesangsgemeinschaften mitgewirkt hat.

Als ältestes „musica 74“-Mitglied „singe ich alles gern“, sagt

Waltraud und nennt unter anderem neben weiteren Volksliedern „Auf, auf zum fröhlichen Jagen“ auch „In stiller Nacht“ von Johannes Brahms und Franz Schuberts „Lindenbaum“. Nach Höhepunkten des 50-jährigen Seniorenchores befragt wird Waltraud Wachs euphorisch: „Bei unserem ersten Auftritt im neuen Kulturpalast-Konzertsaal habe ich Gänsehaut bekommen – die Akustik ist fantastisch; aber eigentlich sind alle unsere Auftritte ein Erlebnis.“ Dabei erinnert die engagierte Chorsängerin an die Auftritte in der „Hofewiese“, ebenso im

Schlosspark Pillnitz, auch in Moritzburg. Christine Görner ergänzt ihre Sangesfreundin Waltraud, weil sie die „Hofewiese“ anspricht: „Unser Seniorenchor hatte zu seinem von ihm initiierten Projekt eines Chortreffs als >Organisationsteam Hofewiese< eingeladen; mehrere Chöre waren unserer Einladung gefolgt.“ „Viva la Musica“ avancierte zum Erfolg und mit einem Förderpreis der Stadt Dresden bedacht.

Die Jüngste im „musica 74“-Seniorenchor ist die 63-jährige Altistin Andrea Materne aus Gruna, die sich seit drei Jahren im Chor engagiert. „Wer singt, lebt länger“ schmunzelt die temperamentvolle Andrea und zeigt auf Waltraud Wachs, deren „Stimmsicherheit beispielgebend“ sei.

Frau Materne liebt in der „musica 74“ die zwischenmenschlichen Beziehungen, „denn jeder hilft jedem; neue Mitglieder werden herzlich begrüßt“. Sie habe „Hochachtung vor allen 80-Jährigen bei uns, die trotz fortgeschrittenen Alters eine Stunde auf der Bühne stehen“.

Frau Materne hat viele Jahre im Robotron-Ensemble gesungen. Im „musica 74“-Chor schätzt sie „unser sehr vielseitiges Repertoire“, so „Die Forelle“, „O Täler weit o Höhen“ und die schwungvolle „Epo“-Musik. Begeistert erinnert sich Andrea Materne an die Chorreisen nach Wernigerode oder Templin.

Ob Waltraud Wachs oder Andrea Materne, Karin Fötsch oder Christine Görner: Sie schöpfen Kraft mit dem Chorgesang. „Jeden Tag ein Lied singen, die Musik ins Herz fließen lassen und spüren, wie schön unsere Welt sein könnte.“ Christine Görner: „Wir suchen Sangesfreunde, die unseren Chor verstärken.“

**Peter Salzmann**



Waltraud Wachs



Andrea Materne

# Unsere Dresdner Babyboomer – 150.000 Menschen in der Generation 60+

Die Babyboomer (1946 und 1964) haben viel zur Entwicklung unserer Stadt beigetragen, daher sollten wir ihre Bedürfnisse kennen. Und entsprechende Angebote entwickeln. Die Redakteurin des Textes, kürzlich 60 geworden, sieht ein großes Potenzial in der Volkssolidarität Dresden für unsere Generation60+.

Die Generation60+ wurde maßgeblich vom Erleben des „Wirtschaftswunders“ nach dem Zweiten Weltkrieg geprägt. Sie hofften auf eine bessere Zukunft und hatten erstmals Zugang zu Bildung. Natürlich beeinflusste das unterschiedliche generative Verhalten in Ost und West die gesellschaftliche Transformation in der Nachwendzeit. Und noch etwas dürfen wir nicht vergessen, es war die Zeit, in der viel zur Nachwuchsförderung getan wurde. Wie sagte doch meine Kollegin: „Da wurden viele Kinder gemacht“. Die Babyboomer haben viel zur Gesellschaft beigetragen, und es ist wichtig, ihre Bedürfnisse zu erkennen und entsprechende Maßnahmen zu ergreifen, um ihre Lebensqualität zu verbessern.

Damit wir auch zukünftig als Volkssolidarität Dresden ein Mitspracherecht zum Thema „Senioren in Dresden“ haben, sollten wir uns Gedanken darüber machen, mit welchen Angeboten wir „**Nachwuchs**“ gewinnen.

Dies könnte durch neue Angebote erfolgen,

- die am Wochenende oder am Abend stattfinden,
- die durch Aktivitäten wie Radfahren, wandern, Kinoabende gekennzeichnet sind,
- die ein Wertgefühl vermitteln wie bspw. Übernahme von Patenschaften.

Sind Sie daran interessiert, uns beim Aufbau einer Mitgliedergruppe 2.0 zu unterstützen? Dann melden Sie sich bitte per Mail bei [parma@volkssoli-dresden.de](mailto:parma@volkssoli-dresden.de)

Freuen Sie sich auf unsere **Lebensbilder III/2024** und einen weiteren Bericht über die Generationen X und Y.



## Das sollte man über die Babyboomer wissen

### 1. Werteorientierungen:

- Freundschaft und Gemeinschaft: Für rund 77,8 Prozent der über 60-Jährigen ist es wichtig, gute Freunde zu haben.
- Lebensfreude und Genuss: Etwa 52,2 Prozent der Generation 60+ legen Wert darauf, viel Spaß zu haben und das Leben zu genießen.
- Erfahrung und Weisheit: Die Babyboomer bringen eine Fülle an Lebenserfahrung und Wissen mit sich.

### 2. Interessen:

- Reisen: Viele Menschen in dieser Altersgruppe nutzen ihre Zeit für Reisen und Entdeckungen, die Generation 60+ ist aktiv und neugierig.
- Gesundheit und Fitness spielen eine große Rolle. Sie engagieren sich in Sport, Yoga oder anderen Aktivitäten, um fit und vital zu bleiben.
- Kultur und Bildung: Viele Babyboomer interessieren sich für Kunst, Musik, Literatur und Weiterbildung. Sie besuchen Museen, Konzerte und nehmen an Vorträgen teil.

### 3. Zukunftsvorstellungen:

- Ruhestand und Lebensqualität: Die meisten Babyboomer sind bereits im Ruhestand oder nähern sich diesem Lebensabschnitt. Sie wünschen sich eine gute Lebensqualität, Gesundheit und finanzielle Sicherheit.
- Gemeinschaft und soziales Engagement: Viele möchten sich ehrenamtlich engagieren, Zeit mit der Familie verbringen und ihre Erfahrungen weitergeben.



## „Marie“: Bewährtes erhalten – Neues schaffen

Christiane Hofmann:  
Mit sozialem  
Verständnis für die  
Menschen da sein

Seit 2022 hat der Bürger- und Freizeittreff „Marie“ eine neue, ehrenamtlich tätige Leiterin: Christiane Hofmann möchte für die Menschen im Wohngebiet Seidnitz und Tolkewitz da sein und plant neue Vorhaben zum 80. Jahrestag der Volkssolidarität. Die 70-Jährige hat zehn ehrenamtliche Helfer an ihrer Seite, kümmert sich um Veranstaltungen, die an Zuspruch gewinnen.

Christian Seifert, Vorstandssprecher der Volkssolidarität Dresden, besuchte gemeinsam mit dem Oberbürgermeister der Landeshauptstadt Dresden, Dirk Hilbert den Bürgertreff „Marie“ ebenso wie Christian Barth, Vorsitzender des Stadtbezirksbeirats Blasewitz. Christiane Hofmann freut sich über derart viel Aufmerksamkeit und Unterstützung, denn sie hat noch viel vor. „Wir wollen Sporträume bereitstellen, damit Gymnastik und Yoga möglich sein können und dass junge Muttis mit ihren Babys ihre Freizeit gestalten können“, so die umtriebige ehrenamtliche Leiterin. Aktuell finden Aktivitäten der Handarbeitsgruppe, den „Marie“-Chor unter Leitung von Tina Hinz, die Sitzgymnastik und der gern besuchte „Kaffeeklatsch“ statt, bei dem sich die Interessenten „aktuell mit Handy, Computer und Laptop beschäftigen.“ Gut genutzt wird auch der Senioren-Gemeinschaftsgarten in Obhut der Familie Lehmann.

Einen guten Namen hat sich Frau Hofmann als Lese-Oma gemacht. Regelmäßig kommt sie in die Kindertagesstätte „Sonnenkäfer“, um den Mädchen und Jungen Geschichten und Gedichte vorzulesen. Das findet beim Kita-Personal und bei den Eltern Zustimmung. Seit zehn Jahren ehrenamtlich aktiv, kann Christiane Hofmann auf die aktive Mit-

arbeit von Marion Bürkle – die „Marie“-Kontakte zum Stadtbezirk pflegt – aber auch auf Roland Laube und Hauptkassierer Bernd Meyer bauen.

In der Volkssolidaritäts-Mitgliedergruppe 359 unter dem Vorsitz von Christiane Hofmann wird von den 120 Mitgliedern das „Miteinander – Füreinander“ gelebt. Die „Marie“



in der Breitenauer Straße 17 bleibt das Geistig-kulturelle Zentrum zwischen Tolkewitz und Seidnitz. Frau Hofmann: „Wir sind ein Ort für Menschen, die aktiv sind und es bleiben wollen. Bei uns findet man soziale Kontakte, und jeder hat die Möglichkeit der Bildung, der sportlichen Betätigung und gelebter Geselligkeit. Freizeithobbys gehören zum Angebot.“ Ein neuer Flyer ist in Arbeit und wird informieren, wenn Exkursionen und Ausstellungen, auch Themennachmittage Kunst und Literatur zu erleben sind. Die sozialen Dienste – so Pflegen aller Art, Alltagsbegleichungen, „Essen auf Rädern“, Haushalthilfe und „Betreutes Wohnen“ sind im Angebot. Ihr Vorgänger Werner Schnuppe freut sich über Christiane Hofmanns Aktivität und Arrangement: „Sie lebt Volkssolidarität mit Herz und Verstand.“

**Kathleen Parma/Peter Salzmann**

### Bürgertreff "Marie"

**Christiane Hofmann**

Breitenauer Straße 17 · 01279 Dresden

**Tel:** 0351/21 30 438

**Mail:** marie@volkssoli-dresden.de





# Neue Physiotherapie in Dresden Gorbitz

## Wo Wohlbefinden und Gesundheit ihre Renaissance erleben

Im Juni fand die Eröffnung der neuen Praxis statt - heller, freundlicher, größer, so der Eindruck der Besucher. Christian Seifert, Vorstandsprecher, und Yvonne Dittmann, Vorstandin der Volkssolidarität Dresden, übergaben am 11. Juni 2024 die neue Einrichtung an Katrin Raschke, die seit mehreren Jahren als Leiterin einem Team ausgebildeter Therapeuten vorsteht.

Die Neueröffnung war ein großer Erfolg und zog zahlreiche Gäste an. Viele nutzten die Gelegenheit, um sich über die verschiedenen Therapieanwendungen und vorbeugenden Maßnahmen zu informieren. Es war eine ausgezeichnete Gelegen-

Jeden Monat kommen nahezu 1.000 Patienten und Kunden in die Physiotherapie der Volkssolidarität Dresden im Altgorbitzer Ring 58, informiert Teamleiterin Katrin Raschke. Die 48-Jährige fährt täglich von Schmiedeberg nach Dresden, um sich mit ihren vier kompetenten Mitarbeiterinnen um das Wohlbefinden und die Gesundheit der Besucher zu kümmern.

„Die Beschwerden nehmen bei Männern und Frauen gleichermaßen zu.“, sagt die Chefin nachdenklich. Das Durchschnittsalter der Patienten liegt bei etwa 65 Jahren.

Die sieben Behandlungsräume beherbergen unter anderem Elektrotherapiegeräte, Schlingentisch, Therapieliegen, Turngeräte aller Art. Die Patienten klagen vor allem über die Folgen von Frakturen, Gelenk- und Muskelschäden. „Ursachen sind oft Unfälle, Haltungsfehler, zunehmend Alterserscheinungen, Computer- und Handynutzung, auch körperliche Über- und einseitige Betätigung“, so Katrin Raschke. Sie ergänzt: „Anspruch auf physiotherapeutische Leistungen haben alle, die eine Verordnung durch ihren behandelnden Arzt oder die Krankenkasse haben.“ Der ärztliche Überweisungsschein vermittelt die Diagnose, die die therapeutische Behandlung empfiehlt. „Doch das persönliche Gespräch mit den Patienten ist nicht zu ersetzen“, unterstreicht Katrin Raschke, die auch Hausbesuche in Gorbitz jenen möglich macht, denen der Weg in die Praxis schwerfällt.

Das Leistungsangebot kann vielseitiger kaum sein: Krankengymnastiken aller Art – so bei neurologischen oder



Katrin Raschke



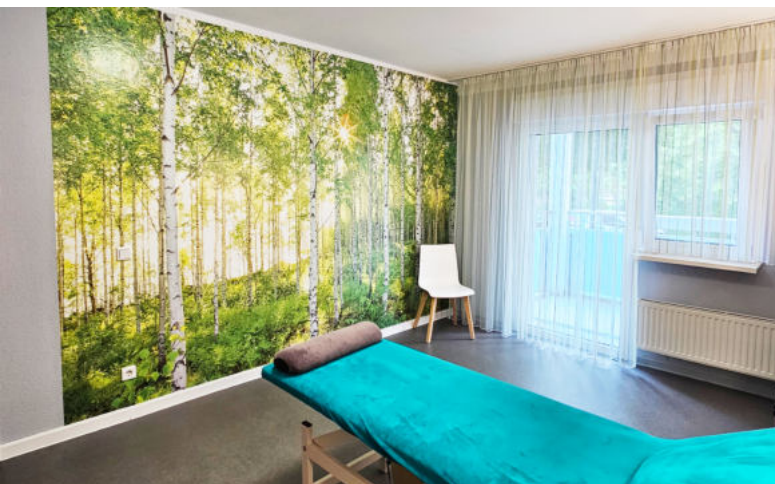
heit für die Gäste, mehr über die Vorteile unserer Physiotherapie zu erfahren und wie sie zur Verbesserung der Lebensqualität beitragen kann.



Schlaganfällen, Therapien, Zentrifugal- und Bindegewebsmassagen, Lymphdrainagen, Fango- und Rotlicht-Wärmetherapien, Ultraschall, Elektrobehandlungen, Beckenbodengymnastik, funktionell-elastisches Taping ... Raschke versichert: „Wir bieten auch präventive Behandlungsmethoden an.“

Und die Praxis-Chefin empfiehlt: „Unsere Patienten sollen neben ihrer Behandlung selbst etwas tun für sich – so Sport je nach Bedarf, Arbeitspausen im Büro, Spaziergänge und Gymnastik.“ Sie und ihre Mitarbeiterinnen machen sich in Lehrgängen – so in der Weiterbildungsakademie Dresden – mit speziellen Therapien vertraut.

Büro, Pausenraum und Wartezimmer sind gekonnt mit Möbeln ausgestattet und liebevoll ausgestaltet. Große Wände zieren Tapeten mit sehenswerten Landschaftsmotiven, denn „die Natur wirkt entspannend“, begründet Frau Raschke die optische Gestaltung – eine Gemeinschaftsarbeit mit Kathleen Parma und Haustechniker Holger Müller.



**Freundlich, hilfsbereit, schlank – dem Patienten zugewandt: Katrin Raschke ist Physiotherapeutin, Seelenrösterin in persona und eine Persönlichkeit mit Aufgeschlossenheit, Kompetenz, stets lächelnd; sie schafft Vertrauen, denn „kranke oder behinderte Menschen brauchen unsere Hilfe“.**

Und die finden sie montags bis donnerstags 8 bis 19 Uhr, freitags 8 bis 14 Uhr, denn Wohlbefinden und Gesundheit sollen ihre Renaissance erleben.

Frau Raschke erhielt ihre Physiotherapeuten-Ausbildung in der Meißner Heimerer-Schule und konnte vorher in Riesa viel Lebenserfahrung als Einzelhandelskauffrau sammeln. Und sie behauptet, was Hippokrates von Kos einst formulierte: „Die wirksamste Medizin ist die natürliche Heilkraft, die im Inneren eines jeden von uns liegt.“

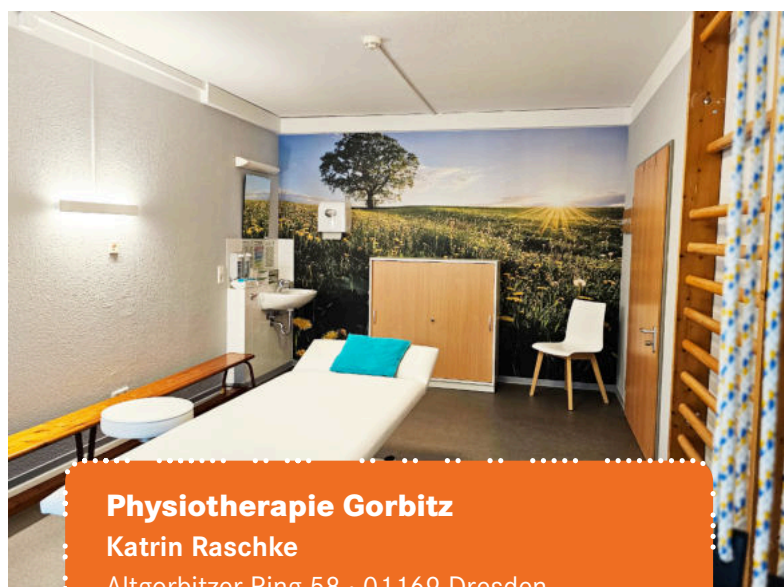
**Kathleen Parma/Peter Salzmänn**

Anzeige

## Freie Plätze in der Seniorentagespflege

- ▶ **Tagespflege Nord** · Trachenberger Str. 6  
01129 Dresden · Hr. Gode · Tel. 5010-411  
tp-trachenberge@volkssoli-dresden.de
- ▶ **Tagespflege Laubegast** · Laubegaster Ufer 22  
01279 Dresden · Fr. Quaas · Tel. 5010-511  
tp-laubegast@volkssoli-dresden.de
- ▶ **Tagespflege Löbtau** · Frankenbergstr. 23  
01159 Dresden · Fr. Schröter · Tel. 5010-310  
tp-loebtau@volkssoli-dresden.de
- ▶ **Neueröffnung voraussichtl. 01. Dez. 2024**  
**Tagespflege Gorbitz** · Anfragen über  
Fr. Schröter · Tel. 5010-310  
west@volkssoli-dresden.de

Weitere Infos auf:  
[www.volkssoli-dresden.de](http://www.volkssoli-dresden.de)



### Physiotherapie Gorbitz

**Katrin Raschke**

Altgorbitzer Ring 58 · 01169 Dresden

Tel: 0351/50 10-162

Mail: physio@volkssoli-dresden.de

# Die Beschäftigung von Rentnerinnen und Rentnern



Arbeitskräftemangel, demografischer Wandel, der Wunsch, seine beruflichen Erfahrungen auch über die Altersgrenze hinaus zu nutzen, begründen bei vielen Menschen den Wunsch, auch nach dem Eintritt in die Rente weiterhin einer Erwerbstätigkeit nachzugehen. Auch für Unternehmen ergeben sich interessante Perspektiven, haben sie doch die Möglichkeit personelle Lücken zu schließen und sich den Erfahrungsschatz älterer Beschäftigter länger zu sichern.

**Gehen Rentnerinnen und Rentner neben dem Bezug ihrer vorzeitigen Altersrente weiterhin einer Beschäftigung nach, werden weiterhin Beiträge zur Rentenversicherung gezahlt.**

Jahrzehntelang war es in Deutschland nicht ohne große rentenrechtliche Nachteile möglich, neben dem Bezug einer vorzeitigen Altersrente in mehr als geringfügigem Umfang hinzuverdienen. Bis Juni 2017 führte bereits eine geringe Überschreitung der Hinzuverdienstgrenze von damals monatlich 450,00 € dazu, dass die Rente um ein Drittel gekürzt wurde. Mit der Einführung der Flexirente haben sich die Möglichkeiten zur Kombination von Rente und Erwerbstätigkeit deutlich verbessert. Mit dem kompletten Wegfall der Hinzuverdienstgrenzen während des vorzeitigen Altersrentenbezugs seit 1. Januar 2023 gibt es keinerlei Einschränkungen mehr, neben der Rente Arbeitsentgelt oder -einkommen zu erzielen.

Wegen der weggefallenen Hinzuverdienstgrenze gibt es zwar im Hinblick auf neben der Rente bezogenes Erwerbseinkommen keine Notwendigkeit mehr, die Altersrente nur als Teilrente zu beziehen. Gleichwohl gibt es eine Reihe von Fällen, in denen der Bezug einer Teilrente erhebliche Vorteile bringen kann.

## Selbstbestimmte Teilrente (§ 42 Abs. 2 SGB VI):

- eigene Festlegung einer Teilrente
- mindestens 10 % der Vollrente
- Höchstgrenze 99,99 %
- Festlegung jederzeit auf Antrag möglich

## Beispiele für die Teilrentennutzung:

- gleitender Ausstieg aus dem Erwerbsleben ohne Einkommenseinbußen
- Erhaltung des Anspruchs z. B. auf Krankengeld, Verletztengeld, Kurzarbeitergeld
- Vermeidung bzw. Verminderung der Einkommensanrechnung bei Renten an Witwen und Witwer
- Anrechnung von Pflichtbeitragszeiten wegen nicht erwerbsmäßiger Pflegetätigkeit (nach Erreichen der Regelaltersgrenze)
- Berechtigung zur Weiterzahlung von freiwilligen Beiträgen (nach Erreichen der Regelaltersgrenze)
- Berechtigung zur Wiederauffüllung/Begründung von Rentenanwartschaften wegen versorgungsausgleichs bedingter Minderungen (nach Erreichen der Regelaltersgrenze)
- Offenhaltung der Gestaltungsmöglichkeiten für das Rentensplitting unter Ehegatten (nach Erreichen der Regelaltersgrenze)
- Erhaltung des Reha-Anspruchs
- arbeitsrechtliche Vorteile

Die gewünschte Teilrentenhöhe wird bei der Rentenantragstellung individuell festgelegt. Oft ist die Nutzung der maximalen Teilrente von 99,99 % sinnvoll, etwa, wenn es darum geht, bei längerer Arbeitsunfähigkeit nach Wegfall der Lohnfortzahlung den Anspruch auf Krankengeldzahlung zu sichern. Eine Änderung der Teilrente oder auch die Umstellung auf eine Vollrente ist jederzeit zum nächsten Monatsersten möglich.



Gehen Rentnerinnen und Rentner neben dem Bezug ihrer vorzeitigen Altersrente weiterhin einer Beschäftigung nach, werden weiterhin Beiträge zur Rentenversicherung gezahlt. Die sich daraus ergebenden zusätzlichen Ansprüche erhöhen nach Erreichen der Regelaltersgrenze entsprechend den bisherigen Rentenbetrag.

Nach Erreichen der Regelaltersgrenze wird den Versicherten kein Beitrag zur Rentenversicherung (und auch zur Arbeitslosenversicherung) mehr abgezogen. Entsprechend erhöht sich der monatliche Nettoverdienst. Die Unternehmen zahlen ihren Beitragsanteil weiterhin. Beschäftigte können aber bei ihrem Betrieb beantragen, auch weiterhin ihren Beitragsanteil an die Rentenversicherung abzuführen. Dadurch vermindert sich zwar der Nettoverdienst, doch werden die so erwirtschafteten zusätzlichen Rentenansprüche jeweils am 1. Juli des Folgejahres für die Verdienste des vergangenen Kalenderjahres der Rente gutgeschrieben.

Für die Besteuerung von Verdienst und Rente gelten die allgemeinen steuerrechtlichen Vorschriften. Da Einkommensteuer nicht direkt von der Rente abgezogen wird, sondern erst nachträglich durch den Steuerbescheid festgesetzt wird, entstehen regelmäßig Steuernachzahlungen, die bei der Planung im Vorfeld berücksichtigt werden sollten. Weitere Auskünfte erteilen die steuerberatenden Berufe.

i

### **Christian Lindner**

Diplom-Verwaltungswirt/Rentenberater

Dresdner Str. 17 · 01465 Dresden-Langebrück

Tel: 035201/70797 Mail: [rentenberatung@aol.com](mailto:rentenberatung@aol.com)

## Wir sagen Danke!

Für langjährige Verbundenheit  
zur Volkssolidarität danken wir

### **im August**

**für 40 Jahre Mitgliedschaft**

Ingrid Jänchen

### **im September**

**für 40 Jahre Mitgliedschaft**

Andrea Wolf

**für 50 Jahre Mitgliedschaft**

Gisela Walther

### **im Oktober**

**für 40 Jahre Mitgliedschaft**

Peter Burkhardt, Helga Gorff,  
Arndt Jaepel, Evelyn König,  
Evelin Wagner

**für 50 Jahre Mitgliedschaft**

Gisela Petzold, Steffi Uhlmann

**für 60 Jahre Mitgliedschaft**

Alice Micknaß

### **im November**

**für 40 Jahre Mitgliedschaft**

Renate Klopsch

**für 50 Jahre Mitgliedschaft**

Annelies Schneider

# Sicherheit

## Sicherheit im digitalen Zeitalter – Helfen Sie, Passwörter zu ändern.

Jährlich findet der Weltpasswort-Tag statt, ein Anlass, um in einer Welt, in der digitale Sicherheit immer wichtiger wird, das Bewusstsein für die Bedeutung starker Passwörter zu schärfen. Dies gilt insbesondere für Senioren, die oft Ziel von Online-Betrügereien sind, da sie als gutgläubiger gelten können.

### Starke Passwörter - Schutz vor Cyberkriminalität

Viele ältere Menschen sind mit der digitalen Welt nicht so vertraut und können daher leichter Opfer von Cyberkriminalität werden. Passwörter sind die erste Verteidigungslinie gegen unautorisierten Zugriff auf persönliche Daten. Ein starkes Passwort zu haben, ist daher unerlässlich.

### Doch was macht ein Passwort stark?

Es sollte eine Kombination aus Buchstaben, Zahlen und Sonderzeichen sein und regelmäßig geändert werden. Einfache Wörter oder leicht zu erratende Kombinationen wie Geburtsdaten sollten vermieden werden. Passwörter sind immer in Gefahr: Cyberkriminelle greifen ständig auf Dienstleister zu, um Zugangsdaten zu stehlen. Diese gestohlenen Daten landen oft im Darknet, wo sie von Betrügern genutzt werden können. Selbst vermeintlich weniger wertvolle Zugänge wie alte E-Mail-Konten können zu ernsthaften Sicherheitsproblemen führen.

#### 1. Mehr-Faktor-Authentifizierung (MFA):

Die Aktivierung von MFA ist ein wichtiger Schritt, um unbefugten Zugriff auf Konten zu erschweren. MFA erfordert einen zweiten Faktor (z. B. einen Code auf dem Smartphone), den nur der echte Account-Inhaber besitzt.

#### 2. Lange Passwörter oder Passphrasen:

Lange Passwörter sind sicherer als kurze. Eine Kombination aus zufälligen Zeichen oder Wörtern bietet zusätzlichen Schutz.

#### Passkeys und die Zukunft der Passwörter:

Passkeys sind eine einfachere und sicherere Möglich-

keit, sich bei Apps und Websites anzumelden. Sie sind ein Schritt in Richtung einer „passwortlosen Zukunft“. Passwörter und Demenz – so können Sie helfen Auch demente Menschen haben Passwörter und benötigen diese aus verschiedenen Gründen. Für Menschen mit Demenz kann der Umgang mit Passwörtern jedoch besonders herausfordernd sein.

### So können Sie unterstützen

- 1. Einfache Merkhilfen nutzen:** Erstellen Sie eine einfache, aber effektive Merkhilfe, die dem Betroffenen hilft, sich an das Passwort zu erinnern, ohne es aufzuschreiben.
- 2. Vertrauenspersonen einbeziehen:** Bestimmen Sie eine Vertrauensperson, die bei Bedarf beim Zugriff auf Konten helfen kann.
- 3. Passwortmanager verwenden:** Ein Passwortmanager kann eine sichere Möglichkeit sein, Passwörter zu speichern und zu verwalten, ohne sich jedes einzelne merken zu müssen.
- 4. Regelmäßige Überprüfungen:** Prüfen Sie regelmäßig die Passwörter, um sicherzustellen, dass sie noch sicher sind und der Betroffene sich daran erinnern kann.

*Der Weltpasswort-Tag ist eine Gelegenheit, die Wichtigkeit von Cyber-Sicherheit zu betonen und sicherzustellen, dass jeder, unabhängig vom Alter oder Gesundheitszustand, die Werkzeuge hat, um seine digitale Präsenz zu schützen.*

*Lassen Sie uns diesen Tag nutzen, um unsere Liebsten und uns selbst zu ermutigen, unsere digitalen Leben sicherer zu machen.*



Kathleen Parma

# Leben mit Inkontinenz: Tipps für Betroffene, Angehörige und Pflegekräfte

Jährlich findet am 30. Juni der Internationale Inkontinenztag statt. Auch wir nahmen dies zum Anlass, um den Blick auf ein Thema zu lenken, unter dem in Deutschland schätzungsweise ungefähr sechs bis acht Millionen Menschen leiden, wobei einige Quellen Zahlen von bis zu 10 Millionen ausweisen. Die Zahl steigt mit zunehmendem Alter deutlich, wobei zwei- bis viermal häufiger Frauen betroffen sind. (Quelle: [harninkontinenz-info.de](http://harninkontinenz-info.de))

Mit unserem Artikel möchten wir damit verbundene Stigmata abbauen und Informationen über Prävention, Behandlung und Bewältigungsmöglichkeiten bereitstellen. Inkontinenz schränkt Menschen in ihrem Alltag stark ein und ist oft mit großer Scham verbunden. Besonders bei älteren Menschen nimmt die Häufigkeit von Inkontinenz zu. Aber auch jüngere Menschen können betroffen sein. Gerade während der Schwangerschaft und nach der Geburt leiden viele Frauen an Inkontinenz, denn das Bindegewebe ist sehr gedehnt und der Beckenboden verliert an Spannkraft. Zudem reguliert die Beckenbodenmuskulatur die Harnröhre, sodass die Inkontinenz begünstigt.

Inkontinenz ist nach wie vor ein **Tabuthema**, auch junge Menschen sind betroffen

## Verschiedene Formen der Inkontinenz

Bitte seien Sie sich bewusst, **NIEMAND** nässt freiwillig ein, oder möchte Sie ärgern. Oft verdrängen Betroffene das Problem, wechseln heimlich die Wäsche oder ignorieren das Thema, in der Hoffnung, es bekommt niemand mit. Eine weit verbreitete Form ist übrigens die Dranginkontinenz. Bei dieser Form entleert sich die Blase plötzlich und unkontrolliert, auch bei geringer Blasenfüllung. Dies kann in kurzen Zeitabständen und auch nachts immer wieder passieren.

## Bleiben Sie geduldig

Mittlerweile gibt es viele Möglichkeiten, die Matratzen zu schützen. Ob Inkontinenzauflagen, wasserdichte Matratzenbezüge oder Einweg-Bettauflagen, die sich gut für Reisen eignen. Seien Sie sich bewusst, Inkontinenz war nicht immer Teil des Lebens der Betroffenen. Es ist jedem peinlich und Sie sollten gemeinsam nach Wegen suchen, die ein Leben damit möglich machen.

## Mittlerweile gibt es viele Therapiemöglichkeiten

Zunächst sollten Sie sich mit dem Hausarzt besprechen. Es gibt Möglichkeiten, zunächst medikamentös der Inkontinenz entgegen zu wirken. Des Weiteren sollte frühzeitig mit Blasen- und Toilettentraining, auch Toilettentraining genannt, begonnen werden. Dabei wird ein fester Zeitplan für den Gang auf Toilette festgelegt und gleichzeitig lernt, den Harn- und Stuhl-Drang zu unterdrücken und die Blasenentleerung hinauszuzögern.

Ein weiterer Ansatz ist das Beckenbodentraining, bei dem durch verschiedene Übungen die Beckenbodenmuskulatur trainiert und gekräftigt werden soll. Es ist wichtig, dass Betroffene und ihre Angehörigen wissen, dass sie nicht alleine sind und dass es Hilfe gibt.

# So können Sie Ihre betroffenen Angehörigen bei Inkontinenz unterstützen

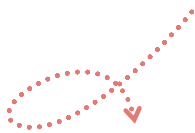


## Verstehen Sie die Situation

Der erste Schritt zur Unterstützung einer Person mit Inkontinenz besteht darin, die Situation zu verstehen. Inkontinenz ist nicht nur ein körperliches Problem, sondern kann auch psychische Auswirkungen haben, wie Scham und Isolation. Es ist wichtig, einfühlsam und unterstützend zu sein und die betroffene Person zu ermutigen, offen über ihre Erfahrungen zu sprechen.

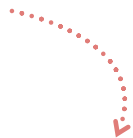
## Prävention und Management

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, Inkontinenz zu verhindern und zu behandeln



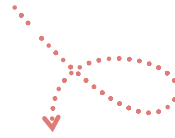
### Beckenbodentraining

Dies ist eine Reihe von Übungen, die darauf abzielen, die Muskeln des Beckenbodens zu stärken. Diese Muskeln unterstützen die Blase und helfen, den Urinfluss zu kontrollieren. Im Anschluss finden Sie einige effektive Übungen.



### Gesunde Lebensweise

Eine gesunde Ernährung und regelmäßige Bewegung können dazu beitragen, das Risiko von Inkontinenz zu verringern. Vermeiden Sie Lebensmittel und Getränke, die die Blase reizen können, wie Koffein und Alkohol.



### Medizinische Behandlung

In einigen Fällen kann eine medizinische Behandlung erforderlich sein, einschließlich Medikamenten, Geräten oder Operationen. Es ist wichtig, mit einem Arzt oder einer Ärztin über die verschiedenen Optionen zu sprechen.



### Unterstützung und Pflege

Als Pflegekraft oder Angehöriger einer Person mit Inkontinenz ist es wichtig, Unterstützung und Verständnis zu zeigen. Ermutigen Sie die betroffene Person, über ihre Erfahrungen zu sprechen, und bieten Sie Hilfe bei der Bewältigung des Alltags an. Achten Sie dabei auf eine gute Pflege, besonders im Intimbereich.



## Holen Sie sich Unterstützung

Es gibt auch viele Ressourcen und Unterstützungsgruppen, die Hilfe und Beratung anbieten können. Inkontinenz kann eine Herausforderung sein, aber mit Verständnis, Unterstützung und den richtigen Strategien kann sie bewältigt werden. Denken Sie daran, dass Sie nicht alleine sind und dass es Hilfe gibt. Zusammen können wir das Stigma der Inkontinenz abbauen und ein besseres Leben für alle ermöglichen. In Dresden gibt es mehrere Einrichtungen, die sich auf die Behandlung von Harninkontinenz spezialisiert haben.



# Drei Übungen zur Verbesserung Ihrer Beckenbodenmuskulatur

1.

**Murmel greifen:** Stellen Sie sich vor, Sie würden eine Murmel mit Ihrem Beckenboden aufheben. Spannen Sie dazu die Muskulatur an und halten Sie die Spannung für einige Sekunden.

2.

## Brücke bauen:

Legen Sie sich auf den Rücken, stellen Sie die Füße hüftbreit auf und heben Sie das Becken, bis Oberschenkel und Oberkörper eine Linie bilden. Halten Sie die Position für einige Sekunden Leuchten in alle Richtungen: Stellen Sie sich vor, Ihr Beckenboden wäre eine Lampe, die in alle Richtungen leuchtet. Spannen Sie die Muskulatur dazu gleichmäßig in alle Richtungen an.

3.

**Bein heben:** Heben Sie im Stehen ein Bein an, während Sie den Beckenboden anspannen. Wechseln Sie das Bein nach einigen Sekunden Fahrstuhl fahren: Stellen Sie sich vor, Ihr Beckenboden wäre ein Fahrstuhl. Ziehen Sie die Muskulatur Schicht für Schicht nach oben und lassen Sie sie dann wieder Schicht für Schicht nach unten.

i

### Bitte beachten Sie, dass Sie die Übungen langsam und bewusst ausführen sollten.

Es ist besser, die Übungen regelmäßig und korrekt auszuführen, als viele Wiederholungen auf einmal zu machen. Es gibt auch einige hilfreiche Videos, die Sie sich ansehen können, um eine bessere Vorstellung von den Übungen zu bekommen. Sprechen Sie jedoch immer mit Ihrem Arzt oder Physiotherapeuten, bevor Sie mit einem neuen Übungsprogramm beginnen. Sie können Ihnen spezifische Ratschläge und Anleitungen geben, die auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten sind.

## Inkontinenzsprechstunden

**St. Joseph-Stift Dresden:** Dieses Krankenhaus bietet eine umfassende medizinische Versorgung auf höchstem Niveau. In der Kontinenzsprechstunde beraten sie Patientinnen und Patienten, die unter Störungen der Harnblasenentleerung oder unkontrolliertem Urinverlust leiden. Bei Frauen können diese Symptome durch das Absinken der Beckenorgane und damit verbundener Beckenbodenschwäche entstehen. Es werden medikamentöse oder operative Behandlungen angeboten, um die Beschwerden zu lindern.

**Adresse: Wintergartenstr. 15-17**

**01307 Dresden, Telefon: 0351/44400**

**Diakonissenkrankenhaus Dresden:** Dieses Krankenhaus hat eine lange Tradition und einen ausgezeichneten Ruf in der medizinischen Versorgung. Neben der Kontinenzsprechstunde bieten sie auch verschiedene medizinische Dienstleistungen und Behandlungen in verschiedenen Fachbereichen an. Bei Männern mit Inkontinenz werden neben medikamentösen Optionen auch operative Verfahren angeboten.

**Adresse: Holzhofgasse 29, 01099 Dresden**

**Telefon: 0351/8100**

Wenn Sie weitere Informationen benötigen oder einen Termin vereinbaren möchten, empfehle ich Ihnen, direkt mit diesen Einrichtungen Kontakt aufzunehmen.

Kathleen Parma

Es gibt zu dem Thema noch so vieles zu sagen. Unser Anliegen war und ist es, darauf zu achten, dass Betroffene Hilfe und Unterstützung bekommen. Übrigens, in unseren Begegnungstätten finden regelmäßig Kurse statt, in denen u.a. die Beckenbodenmuskulatur gestärkt wird, statt. Eine Übersicht der Veranstaltungen finden Sie hier:

[www.volkssoli-dresden.de/termine](http://www.volkssoli-dresden.de/termine)



Woche  
der Demenz  
14.-21.09.

# Demenz im Alter:

Die **Volkssolidarität Dresden** engagiert sich bei der **Demenz-Woche** des Landes Sachsen

Demenz ist eine ernsthafte Erkrankung, die vor allem ältere Menschen betrifft. In Deutschland sind etwa 1,8 Millionen Menschen betroffen. Es handelt sich um ein Syndrom, das durch Symptome wie Gedächtnisverlust, Kommunikationseinschränkungen, Denkstörungen und Verhaltensänderungen gekennzeichnet ist.

## Demenzvorbeugung

Unsere Begegnungsstätten bieten eine Vielzahl von Veranstaltungen und Kursen in ganz Dresden die präventiv helfen, einer Demenz vorzubeugen

- Aktivierende und kreative Angebote: Gedächtnistraining, Stricktreff, Malen & Zeichnen, Kreativnachmittage, Medienschulungen, Buchlesungen
- Bildungsangebote: Digitalisierung, Englisch, Französisch
- Bewegungsangebote: Tanz, Yoga, Wanderungen, Stadtrundgänge, Gymnastik
- Gesellige Angebote: Spielnachmittage, Tanz, gemeinsames Singen
- Tagesstruktur: gemeinsamer Mittagstisch
- Informationsveranstaltungen und Beratungen zum Thema Demenz



Grundsätzlich sind unsere Angebote darauf ausgerichtet, Demenz präventiv vorzubeugen. Sie dienen aber auch dazu, die Lebensqualität von Menschen mit Demenz zu verbessern und ihnen dabei zu helfen, so aktiv und unabhängig wie möglich zu bleiben. Darüber hinaus bieten sie auch Unterstützung für die Familien von Menschen mit Demenz, indem sie ihnen eine Pause von der Pflege bieten und ihnen die Möglichkeit geben, sich mit anderen in ähnlichen Situationen auszutauschen.

Die Begegnungsstätten der Volkssolidarität Dresden sind offen für alle Dresdner Bürgerinnen und Bürger und bieten neben vielfältigen Beschäftigungs- und Bildungsangeboten vor allem auch fachlich kompetente Beratung für alle Bereiche des Älterwerdens. Sie fördern durch Begegnung Lebensfreude und Lebenssinn, kreative, musische und sportliche Interessen, persönliche Teilhabe und gesellschaftliches Engagement, die Einbeziehung sozial benachteiligter Menschen, die Einbeziehung von Menschen mit Migrationshintergrund und den Dialog zwischen den Generationen.

### Volkssolidarität Dresden: Unterstützung für Menschen mit Demenz

Als Volkssolidarität Dresden bieten wir eine Vielzahl von Dienstleistungen für Menschen mit Demenz und ihre Familien in unseren Einrichtungen der Pflege, Betreuung und Beratung an.

### Unsere Tagespflegen sind eine wichtige Ressource für Familien

Unsere Tagespflegeeinrichtungen unterstützen Menschen mit Demenz und ihre Familien. Sie bieten Struktur, Sicherheit und Entlastung. Menschen mit Demenz, die alleine leben, erhalten durch die Tagespflege regelmäßige Mahlzeiten, zielorientierte Betreuung und einen strukturierten Tagesablauf. Aktuell haben wir in unseren Einrichtungen noch Plätze frei.



### Woche der Demenz: Eine Chance zur Sensibilisierung

Die Woche der Demenz ist eine bundesweite Initiative, die rund um den internationalen Welt-Alzheimerstag stattfindet. Vom 14. bis 21. September kommen Menschen mit Demenz zu Wort, werden vielfältige Angebote bereitgestellt, die für das Thema Demenz in der Öffentlichkeit sensibilisieren.

Während dieser Woche haben Interessierte die Möglichkeit, diverse Einrichtungen der Volkssolidarität Dresden zu besuchen und sich über deren Arbeit und Angebote zu informieren. Sicher ist das für manchen Betroffenen, aber auch für ihre Familienangehörigen eine gute Gelegenheit, ►

mehr über die Herausforderungen und Möglichkeiten zu erfahren, die mit der Betreuung und Unterstützung von Menschen mit Demenz verbunden sind.

Für weitere Informationen zu den Veranstaltungen während der Woche der Demenz, besuchen Sie bitte die offizielle Webseite der Landesinitiative Demenz.

[www.landesinitiative-demenz.de/woche-der-demenz](http://www.landesinitiative-demenz.de/woche-der-demenz)

Insgesamt ist es wichtig, dass wir alle gemeinsam das Bewusstsein für Demenz und die damit verbundenen Herausforderungen schärfen. Durch unsere Arbeit in unseren Einrichtungen unterstützen wir nicht nur Menschen mit Demenz und ihre Familien, sondern tragen auch dazu bei, das Verständnis und die Akzeptanz für diese Erkrankung in der Gesellschaft zu fördern.

Kathleen Parma



## Veranstungstipps

### zur Themenwoche Demenz und Gesundheitswoche

<b>Mi, 11.09.</b> 10–11 Uhr	<b>Heitere Gedächtnisspiele &amp; gemeinsame Freude an der Bewegung mit der Nintendo-Switch (TV)</b> ▶ BBZ Nürnberger Ei
<b>Fr, 13.09.</b> 10–11 Uhr	<b>Rückenfit</b> ▶ BBZ Nürnberger Ei
<b>Mo, 16.09.</b> 10–12 Uhr	<b>Fordern und fördern Sie Ihr Gedächtnis durch gemeinsames Spiel</b> Kosten 2 € ▶ SBS Michelangelo
<b>Mo, 16.09.</b> 13:30–14:30 Uhr	<b>Lustiges Gedächtnistraining</b> Kosten 2 € ▶ SBS Michelangelo
<b>Mi, 17.09.</b> 10–11 Uhr	<b>Gedächtnistraining</b> ▶ BBZ Nürnberger Ei
<b>Mi, 18.09.</b> 10–11 Uhr	<b>Vortrag zum Umzug ins Pflegeheim</b> ▶ SBS Michelangelo
<b>Mi, 18.09.</b> 13–15 Uhr	<b>Biografiearbeit - Lassen Sie uns gemeinsam in der Erinnerung schwelgen</b> Kosten 3,50 € ▶ SBS Michelangelo
<b>Do, 19.09.</b> 9:45 Uhr	<b>Stadtteilspaziergang, Führung am Fichteturm und Führung im Pflegezentrum Dresden-Plauen der Diakonie mit Nutzung der Straßenbahn</b> ▶ Treff am BBZ Nürnberger Ei
<b>Do, 19.09.</b> 16–17 Uhr	<b>Ergotherapie bei Demenz – Ein unterstützendes Angebot – Info-Veranstaltung für Betroffene, Angehörige und allgemein Interessierte</b> · kostenfrei ▶ BBZ Fidelio
<b>Fr, 20.09.</b> 9–13 Uhr	<b>Bewegung regt den Kreislauf an, fördert Sinneserfahrungen und bringt Freude – Fahrt mit der Bahn bis Rathen - „wandern“ zum Amselsee mit Rast in der Forellnräucherei</b> Kosten 4,50 € plus Fahrkarte ▶ SBS Michelangelo
<b>Fr, 20.09.</b> 9:30–11 Uhr	<b>Zusammenhang Ernährung und Demenz – Ernährung ist sehr wichtig für das Gehirn. Erfahren Sie näheres dazu bei einem gemeinsamen gesunden Frühstück</b> · Kosten 6,50 € ▶ SBS Michelangelo
<b>Sa, 21.09.</b> 13–14 Uhr	<b>Gemeinsamer Kaffeepausch zum Wochenende</b> ▶ BBZ Nürnberger Ei

**Seniorenbegegnungsstätte (SBS) Michelangelo**  
Räcknitzhöhe 57  
01217 Dresden

**Begegnungs- und Beratungszentrum (BBZ) Am Nürnberger Ei**  
Nürnberger Str. 45  
01187 Dresden

**Begegnungs- und Beratungszentrum (BBZ) "Fidelio"**  
Papstdorfer Straße 25  
01277 Dresden

# Neuer Stiftungsratsvorsitzender bei der Stiftung Volkssolidarität Dresden



Vorstandsvorsitzender Henning Horn, Vorsitzender und Stellvertretender Vors. des Stiftungsrates Bernd-Dietmar Kammerschen und Werner Schnuppe, Vorstand Christian Seifert.

Die Stiftung Volkssolidarität Dresden (VSD) hat am 29. Mai 2024 einen neuen Stiftungsratsvorsitzenden gewählt. Das langjährige VS-Mitglied, ehemalige Stiftungsdirektor und Vorstand der Sächsischen Landesstiftung Natur und Umwelt, Bernd-Dietmar Kammerschen, tritt die Position an.

Kammerschen äußerte sich zu seiner Wahl: „Mit mehr als 20 Jahren Erfahrung in der Stiftungsarbeit freue ich mich darauf, meine Kenntnisse und Fähigkeiten in den Dienst der Stiftung Volkssolidarität Dresden zu stellen. Gemeinsam können wir Großes erreichen.“ Der Vorstandsvorsitzende der Stiftung VSD, Henning Horn, begrüßte die Wahl von Kammerschen und sagte:

**„Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Bernd-Dietmar Kammerschen. Seine umfangreiche Erfahrung wird uns dabei helfen, unsere Ziele zu erreichen und die Arbeit der Stiftung weiter voranzutreiben.“**

Die Stiftung Volkssolidarität Dresden setzt sich insbesondere für Kinder- und Jugendarbeitsprojekte ein und leistet damit einen wichtigen Beitrag zur Stärkung der Gemeinschaft. Tagtäglich begegnen uns in vielfältiger Weise Menschen, die Hilfe benötigen. Es sind Schicksale, die uns anrühren. Es gibt junge und ältere Menschen sowie Menschen mit Behinderung oder sonstigen Einschränkungen, welche mitunter mit der Bewältigung ihrer Probleme überfordert sind und wo staatliche Programme an die Grenzen stoßen.

Um diesen Menschen eine bessere Zukunft zu ermöglichen, hat die Volkssolidarität Dresden e.V. im Jahr 2010 die Stiftung Volkssolidarität Dresden gegründet. Sie dient der Mittelbeschaffung zur Förderung von Aufgaben des Wohlfahrtswesens und der Alten- und Kinderhilfe im Sinne des „Miteinander – Füreinander“. Ihre Mittel dürfen nur für satzungsgemäße Zwecke verwendet werden.

fen nur für satzungsgemäße Zwecke verwendet werden.

## Helfen Sie uns dabei, anderen zu helfen. Unterstützen Sie unsere Arbeit

Ihre Unterstützung kann einen Unterschied machen. Mit Ihrer Spende oder Zustiftung können wir weiterhin wichtige Projekte fördern und die Lebensqualität in unserer Gemeinschaft verbessern. Jeder Beitrag zählt. Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

**Kathleen Parma**

Weitere Informationen finden Sie unter:  
[www.volkssoli-dresden.de/stiftung](http://www.volkssoli-dresden.de/stiftung)

### Spendenkonto\*

Stiftung Volkssolidarität Dresden  
Ostsächsische Sparkasse Dresden  
BIC: OSDDDE81XXX  
IBAN: DE39 8505 0300 3100 3677 22



**\*Spenden bis zu 300,- Euro können ohne amtliche Zuwendungsbestätigung mit dem Einzahlungsbeleg der Überweisung oder per Kontoauszug beim Finanzamt eingereicht werden (vereinfachter Spendennachweis nach § 50 Abs. 2 Nr. 2 Buchst. b EStDV). Wenn Sie eine Zuwendungsbestätigung unter 300 Euro wünschen, sprechen Sie uns gerne an und vermerken Ihre Adressdaten auf dem Überweisungsträger.**

## Modell für Sachsen? Die Volkssolidarität Dresden eröffnet in Gorbitz die integrierte Kurzzeitpflege



Herr Seifert und Teamleiterin Frau Schneider begrüßen eine der ersten Patientinnen

Die Volkssolidarität Dresden hat seit 1. August 2024 eine integrierte Kurzzeitpflege mit 15 Plätzen eröffnet. Diese spezielle Form der stationären Pflege, die vorübergehend in Anspruch genommen werden kann ist für Menschen gedacht, die für über einen absehbaren Zeitraum intensive Pflege benötigen. Im Unterschied zur ebenfalls vorhandenen Kurzzeitpflege als Verhinderungspflege richtet sich dieses Angebot an Patienten, deren Krankheitsbild eine besonders enge Zusammenarbeit von Angehörigen, Ärzten, Therapeuten und Pflegepersonal erfordert.

Die Schwere der Verletzungen unserer Patienten, entstanden durch Verkehrsunfälle oder Tumorerkrankungen, erfordern Feingefühl im Umgang aller Beteiligten und eine hohe medizinische Kompetenz in der Wundversorgung. So betreuen Schwester Sandra und ihr Team aktuell einen jun-

gen Mann, der beim Klettern gestürzt ist und schwer verletzt wurde. Für dessen schnellen Genesungsprozess ist das Zusammenspiel des interdisziplinären Teams aus Ärzten, Pflege und Therapeuten entscheidend.

Darüber hinaus bieten wir in Dresden Gorbitz pflegenden Angehörigen eine wichtige Entlastung bei eigener Verhinderung. Oft wohnen viele Angehörige weiter weg, gehen geregelten Arbeitszeiten nach oder verfügen nicht über die Möglichkeit sich in geeigneter Form um ihre pflegebedürftigen Familienmitglieder zu kümmern, die für eine absehbare Zeit besonders intensive Pflege benötigen.

Für Schwester Sandra und ihr Team ist die Arbeit in der integrierten Kurzzeitpflege etwas ganz besonderes „Tagtäglich betreuen wir Patienten, deren größte Motivation es ist, schnellstmöglich in ihr häusliches Umfeld zurück zu kehren. Wir sind sehr dankbar, diesen Prozess unterstützend begleiten zu dürfen.“

### Integrierte Kurzzeitpflege erweitert das Spektrum der Pflegeleistungen

Vorstandssprecher Christian Seifert: „Wir freuen uns, mit der integrierten Kurzzeitpflege unser Pflegeangebot in Dresden erweitern zu können und so einen wichtigen Beitrag für unsere Gesellschaft zu leisten.“ Wie Seifert betont, wurde mit der „integrierten Kurzzeitpflege“ eine neue Be-



PDL Frau Baumgardt im Beratungsgespräch



Azubi Jan-Felix in Pflegesituation



Physiotherapeut Herr Goldstein mit Patientin bei der Bewegungstherapie



treiberform initiiert, die erstmalig in Sachsen sein dürfte. Damit haben wir unser Pflegeangebot am Standort Gorbitz erweitert und einen wichtigen Baustein zur Weiterentwicklung des Standortes als qualitativ hochwertigen Ort der Quartierspflege realisiert.

Die Geschäftsführung und die Heimleitung bedankt sich sehr herzlich bei allen an diesem Prozess beteiligten Verantwortungsträgern, bei den Pflegekassen, des Freistaates Sachsen, dem Universitätsklinikum Dresden und der Stadt Dresden und besonders bei allen Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen in der Pflege für ihre engagierte Arbeit und Unterstützung. Wir freuen uns auf immer zufriedene Patienten aus den Kliniken Dresdens, die bei uns eine professionelle medizinische Nachversorgung mit Herzblut erhalten und die Volkssolidarität Dresden als die Einrichtung ihrer schnellen Genesung in hoffentlich bester Erinnerung behalten werden, so Christian Seifert.

**Die Kosten für die integrierte Kurzzeitpflege werden in der Regel von der Pflegeversicherung übernommen.**

Es ist wichtig, sich an die zuständige Pflegekasse zu wenden, um die genauen Details zu klären. Lediglich die Kosten für Unterkunft und Verpflegung müssen durch den Gast übernommen werden.

### **Belegungsmanagement Gorbitz**

**Frank Stöbe**

Altgorbitzer Ring 58 • 01169 Dresden

**Tel:** 0351/50 10-118

**Mail:** kurzzeitpflege-gorbitz@volkssoli-dresden.de

Die Pflegekasse unterstützt Pflegebedürftige derzeit mit maximal 1.774 Euro pro Jahr für Kurzzeitpflege. Sollte das Budget der Kurzzeitpflege nicht vollständig ausgeschöpft sein, kann der Restbetrag für die Verhinderungspflege verwendet werden, wodurch sich der Anspruch aktuell auf bis zu 3.386 Euro erhöhen kann. Anspruch auf die integrierte Kurzzeitpflege haben alle Pflegebedürftigen mit mindestens einem Pflegegrad 2, deren Pflege zuhause zeitweise nicht möglich ist. Die genauen Voraussetzungen und Bedingungen können je nach individuellem Fall und gesetzlichen Regelungen variieren. Es ist daher ratsam, sich bei der zuständigen Pflegekasse oder einem Pflegeberater zu informieren, um eine auf den Einzelfall abgestimmte Beratung zu erhalten.

**Kathleen Parma**

## **Christian Seifert zum Bundesdelegierten berufen**

Der Landesvorstand des Volkssolidarität Landesverband Sachsen e.V. hat am 25.06.2024 den Vorstandssprecher des VSD e.V. als Ersatz-Delegierten für die Delegiertenversammlung des Volkssolidarität Bundesverband e. V. berufen.

Die Bundesdelegiertenversammlung berät und beschließt u.a. über die Strategie und sozialpolitischen Positionen der Volkssolidarität und des Volkssolidarität Bundesverbandes e.V., über Satzungsänderungen und Änderungen der Beitragsordnung, den Geschäftsbericht des Bundesvorstandes u.v.m.

„Mit der Berufung als Bundesdelegierter kann ich meine Erfahrungen aus meinem über 20-jährigen Engagement u.a. als stellvertretender Vorstandsvorsitzender, Aufsichtsratsvorsitzender und heute in meiner gestaltenden Funktion als geschäftsführender Vorstand der Volkssolidarität Dresden einbringen. Damit bekommt Dresden als Gründungsort der Volkssolidarität wieder Wort und eine Stimme in der Bundesdelegiertenversammlung“, so Christian Seifert.

## Feierliche Glanzpunkte im Pflegeheim Gorbitz: Diamantene Hochzeit von Renate und Christian Wolf

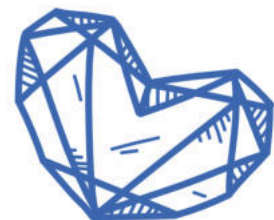
Das Pflegeheim Gorbitz der Volkssolidarität Dresden hatte kürzlich einen ganz besonderen Grund zum Feiern: Renate und Christian Wolf, zwei langjährige Bewohner unserer Einrichtung, begingen ihre Diamantene Hochzeit. Ein seltenes Jubiläum, das 60 Jahre gemeinsamen Lebensweg symbolisiert.

In der vertrauten Umgebung ihrer 2-Zimmer-Wohnung, umgeben von den besten Wünschen ihrer Mitbewohner und des Pflegepersonals, wurde dieses besondere Ereignis gebührend gefeiert. Unser Vorstandssprecher Christian Seifert überbrachte persönliche Glückwünsche und würdigte die tiefe Verbundenheit des Paares, die beispielgebenden für kommende Generationen ist.

Das Wohnen in unserem Pflegeheim Gorbitz ist geprägt von Wärme und Fürsorge. Unsere Senioren können nicht nur die Privatsphäre ihrer eigenen vier Wände genießen, sondern auch ein umfassendes Angebot an Dienstleistungen, das von der täglichen Pflege bis hin zu abwechslungs-

reichen Freizeitaktivitäten reicht. Unsere Mitarbeiter legen großen Wert darauf, dass sich unsere Bewohner wie zu Hause fühlen und gleichzeitig die Sicherheit einer professionellen Betreuung erfahren.

Wir laden Sie herzlich ein, mehr über das Leben und die Leistungen im Pflegeheim Gorbitz zu erfahren. Kontaktieren Sie uns direkt, um einen persönlichen Eindruck von unserem Haus und unserer Philosophie zu gewinnen. Empfehlung: Lassen Sie sich von der herzlichen Atmosphäre im Pflegeheim Gorbitz überzeugen und entdecken Sie, wie wir gemeinsam mit unseren Bewohnern einen Lebensraum voller Freude, Respekt und Geborgenheit gestalten.







Ein großes Dankeschön an unseren Trikot-Sponsor AOK Plus!



Wir danken allen ganz herzlich für das großartige Engagement, das tolle Miteinander und den wirklich sensationellen Teamgeist. Ja, mancher Moment sorgte für Gänsehaut. **Also, DANKE, DANKE, DANKE.**

In unserem 80. Jubiläumsjahr 2025 werden wir selbstverständlich wieder an der REWE-Team-Challenge teilnehmen. Dabei wollen wir mit mindestens 80 Läuferinnen und Läufern antreten und hoffen wieder auf Ihre Teilnahme! Bitte unterstützen Sie uns dabei, in dem Sie Ihren Kolleginnen und Kollegen in den Teams weitersagen, dass es sich lohnt an dem Team-Event teilzunehmen und dass alle, von langsameren Gehern bis zu schnellen Läufern, teilnehmen können. Es geht nicht um sportliche Höchstleistungen, sondern um „das dabei sein“. Leider steht der Termin für 2025 noch nicht fest, er wird jedoch wieder Ende Mai/Anfang Juni sein – es bleibt also ausreichend Zeit für die Vorbereitung.

Kathleen Parma





Liebe Frau Grau, Liebe Frau Szymanski und lieber Herr Schnecke,

leider habe ich es erst jetzt (!!!) zeitlich geschafft, meinen Erfahrungsbericht zum Sozialpraktikum zu erstellen. Vor dem Hintergrund, dass ich Ihnen ja angekündigt habe, dass ich diesen auch Ihnen zur Kenntnis geben möchte, ist mir dies besonders unangenehm.

Umso schöner war es, die Erstellung des Berichts zu nutzen, um Erinnerungen an diese sinnstiftenden und beeindruckenden Tage in Ihren Einrichtungen wachzurütteln...

Wie Sie dem Bericht im Anhang dieser Mail entnehmen können, hat es mir sehr gut bei Ihnen gefallen. Ich würde mich deshalb freuen, wenn Sie den Bericht auch an die Kolleginnen und Kollegen, die mich betreut haben, weiterleiten könnten. Natürlich nur, wenn so etwas üblich ist! Meine durchweg positiven Eindrücke habe ich auch bereits in meiner Seminargruppe und in Form des Berichts gegenüber Frau Dr. Tischer von der „Hochschule Meißen (FH) und Fortbildungszentrum“ wiedergegeben.

Ihre Einrichtungen sind für mich beispielgebend, wie stationäre Pflege und Tagespflege „laufen“ sollten...

Ich wünsche Ihnen sowie Ihren Kolleginnen und Kollegen alles erdenklich Gute für Ihre gesellschaftlich so wichtige Aufgabe und danke Ihnen nochmals ganz herzlich dafür, Ihre Praktikantin gewesen sein zu dürfen.

Sollten sich Ihrerseits Rückfragen zu meinem Bericht ergeben, können Sie sich selbstverständlich jederzeit gern mit mir in Verbindung setzen.

Beste Grüße

Patricia Vernhold  
Pressesprecherin/LANDESAMT FÜR VERFASSUNGSSCHUTZ SACHSEN



## Teilnehmer gesucht:

### Soziale Medien im Alltag älterer Menschen

50 € als  
Dankeschön  
für Sie!



Das Internet ist auch für ältere Menschen ein wichtiger Teil des Alltags geworden. Doch wie genau nutzen ältere Menschen Plattformen wie Facebook und WhatsApp, um auf dem Laufenden zu bleiben? Diese Frage untersucht ein Forschungsprojekt der Technischen Universität Dresden unter der Leitung von Juniorprofessorin Dr. Anna Sophie Kümpel.

Das Forscherteam sucht Teilnehmer ab 70 Jahren, die zumindest manchmal soziale Medien nutzen, für eine Interviewstudie. Diese beginnt mit einer kurzen Online-Vorbefragung (ca. 15 Min.). Geeignete Teilnehmer werden dann zu einem etwa 60-minütigen Interview inklusive personalisiertem Social-Media-Feed eingeladen. Alle Daten werden anonym ausgewertet.

Interessiert? Hier geht es zur **Online-Vorbefragung**: [www.soscisurvey.psych.tu-dresden.de/screening\\_ifk/](http://www.soscisurvey.psych.tu-dresden.de/screening_ifk/)



Weitere Informationen finden Sie auf der **Website**: [www.tu-dresden.de/gsw/phil/ifk/forschung/forschungsprojekte-2/online-informationsnutzung-von-senior-innen](http://www.tu-dresden.de/gsw/phil/ifk/forschung/forschungsprojekte-2/online-informationsnutzung-von-senior-innen)



Wir feiern  
50 JahreBegegnungsstätte  
Friedrichstadt

18.09.2024

11–16 Uhr | Alfred-Althus-Str. 2a  
01067 Dresden

Freuen Sie sich auf

Jüd. Frauenchor Freylax

Basteln &amp; Grillen im Hof

Weitere Infos auf:  
[www.volkssoli-dresden.de](http://www.volkssoli-dresden.de)AIS  
DRESDEN | EASYDEAL 

DER COROLLA MIT BIS ZU 15 JAHREN GARANTIE\*\*

SOLLZINS  
2,99 %<sup>1</sup>  
EFFEKTIVER  
JAHRESZINS 3,03 %MTL. LEASINGRATE FÜR DEN  
COROLLA 2.0 TEAM D HYBRID  
AB 289 €<sup>1</sup> zzgl. Sonderzahlung  
ERSPARNIS  
BIS ZU  
9.700 €<sup>1</sup>COROLLA  
TEAM DEUTSCHLAND HYBRID2,0-L-VVT-i, Benzinmotor 112kW (152PS) und Elektromotor 83 kW (113PS),  
Systemleistung 144kW (196PS), stufenloses Automatikgetriebe.

Top Ausstattung inkl. Technikpaket, TürenAusstiegsassistent, Einparkensensoren, vorne und hinten optisch und akustisch, Rückfahrkamera, Einparkensensoren, automatischer Bremsassistent/intelligent, Rückfahrassistent(RCTA), Spurhalteassistent, Außenspiegel, Toter-Winkel-Warner, Klimaautomatik, Geschwindigkeitsregelanlage, Smartphone Integration, Bluetooth-Freisprecheinrichtung, uvm.

<sup>1</sup>Einunverbindliches Toyota EasyLeasing-Angebot\* für den Toyota Corolla 2.0 Team Deutschland Hybrid. Leasingsonderzahlung: 0,00 €, Anschaffungspreis zzgl. Überführung: 28.190,16€, Gesamtbetrag zzgl. Überführung: 13.872,00€, 48 Raten à 289,00 €, 9.700 € Ersparnis gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung der Toyota Deutschland GmbH zum Zeitpunkt der Erstzulassung.

\* Ein Angebot in Zusammenarbeit mit der Toyota Kreditbank GmbH, Toyota-Allee 5, 50858 Köln für die der Angebotsteilnehmende als ungebundener Vertreter tätig ist. Laufzeit 48 Monate, Laufleistung 10.000km/Jahr. Voraussichtlicher Gesamtbetrag = Summe aller Leasingraten zzgl. einmalige Leasingsonderzahlung, Fracht-/Bereitstellungskosten zzgl. 1.090,-€, Sollzins 2,99 %, effektiver Jahreszins 3,03%. Angebot gültig bei Anfrage und Genehmigung bis 31.03.2023. Nur solange der Vorrat reicht.

\*\* Bis zu 15 Jahre Garantie mit Toyota Relax: 3 Jahre Neuwagen Herstellergarantie + max. 12 Jahre Toyota Relax Anschlussgarantie der Toyota Motors Europe S.A.N.V., Avenue du Bourget, Bourgetlaan 60, 1140 Brüssel, Belgien. Mit Durchführung der nach Serviceplan vorgesehenen Wartung erhalten Sie eine Toyota Relax Anschlussgarantie. Einzelheiten zur Toyota Relax Garantie erfahren Sie unter [www.toyota.de/relax](http://www.toyota.de/relax) oder bei uns im Autohaus. Kraftstoffverbrauch Corolla Team Deutschland 2,0-L-VVT-i Hybrid: Benzinmotor 112kW (152PS) und Elektromotor: 83 kW (113PS), Systemleistung 144kW (196PS) S-Türer: Kurzstrecke (niedrig): 3,8 l/100 km; Stadtrand (mittel): 3,5 l/100 km; Landstraße (hoch): 4,1 l/100 km Autobahn (Höchstwert): 5,8 l/100 km; kombiniert: 4,5 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 102g/km. Werte gemäß WLTP-Prüfverfahren.  
AIS DRESDEN GMBHUnternehmenssitz  
Kötzschenbroder Str. 193  
01139 Dresden-Radebeul  
Telefon: 0351/83715-0  
Telefax: 0351/83715-55Filiale  
Altkaitz 11  
01217 Dresden  
Telefon: 0351/40201-0  
Telefax: 0351/40201-23Filiale  
Wilsdruffer Straße 41  
01705 Freital  
Telefon: 0351/65220-0  
Telefax: 0351/65220-222NEU  
Filiale  
Zaschendorfer Straße 88  
01662 Meißen  
Telefon: 03521/70111-0  
Telefax: 03521/70111-5

## NEUERSCHEINUNG bei Druckerei &amp; Verlag Fabian Hille



## Heimatlos in Ostfriesland

Eberhard Paul Günther Stark

Erinnerungen an eine Kindheit auf der Flucht

Es ist Februar 1945, der Zweite Weltkrieg geht seinem Ende entgegen. Die Familie Stark, bestehend aus Urgroßmutter Pauline Scharfenberg und der schwangeren Susi Stark mit ihren fünf kleinen Kindern, ist gezwungen, all ihr Hab und Gut zurückzulassen, um aus Liegnitz vor der Roten Armee zu fliehen. Auf der Flucht überleben sie alliierte Bombenangriffe, Hunger und Kälte. Sie landen im Sudetenland in einem sowjetischen Internierungslager. Dort entscheidet sich Pauline zur Flucht. Mittlerweile ist das sechste Kind, Hans Georg, auf die Welt gekommen. Es gelingt, nach Bayern zu entkommen. Die Flucht geht weiter ins Aufanglager Friedland und von dort nach Leer in Ostfriesland, wo sie im Barackenlager auf der Halbinsel Nesse untergebracht werden. Die kommenden Jahre sind geprägt von Gewalt, Unterdrückung, Hunger und Kälte, denn die Flüchtlinge sind alles andere als willkommen. Nur dank eines unbändigen Überlebenswillens, organisatorischem Talent, Erfindungsgeist und der Unterstützung durch Pauline gelingt es Paul, diese Zeit der Entbehrungen und Widrigkeiten zu überstehen. Er sorgt für seine Familie und ist gezwungen, sehr schnell erwachsen zu werden.

ISBN 978-3-947654-50-5 · 14,8 x 21,0 cm · 140 Seiten · Preis: 14,90 €

[www.hille1880.de/buchshop/](http://www.hille1880.de/buchshop/)HILLE  VERLAG

# Leistungen

# und Einrichtungen



Angebot	Anschrift	Ansprechpartner	Tel. 0351-	E-Mail
<b>Mitgliedschaft</b>	Altgorbitzer Ring 58, 01169	Christoph Amberger	50 10-194	amberger@volkssoli-dresden.de
<b>Alltagsbegleitung</b> (für Senioren ohne Pflegegrad)	Altgorbitzer Ring 58, 01169	Astrid Hupka	50 10-175	alltagsbegleitung@volkssoli-dresden.de
<b>Alltags- und Senioren- betreuung</b> (mit Pflegegrad)	Postelwitzer Straße 2, 01277	Claudia Freudenberg	50 10-640	betreuung@volkssoli-dresden.de
<b>Ambulante Pflege und Pflegeberatung</b>				
» Ambulante Dienste Nord	Trachenberger Str. 6, 01129	Anke Kopec	50 10-410	nord@volkssoli-dresden.de
» Ambulante Dienste West	Mohorner Str. 14 c, 01159	Claudia Schröter	50 10-310	west@volkssoli-dresden.de
» Ambulante Dienste Ost	Postelwitzer Str. 2, 01277	Stefanie Szymanski	50 10-600	ost@volkssoli-dresden.de
» Ambulante Dienste Hochland	Bautzner Landstr. 128, 01324	Jutta Faethe	21 52-552	hochland@volkssoli-dresden.de
<b>Ambulanter Hospizdienst</b>	Altgorbitzer Ring 58, 01169	Roswitha Struzena	50 10-115	hospizdienst@volkssoli-dresden.de
<b>Begegnung und Beratung</b>				
» Seniorenbegegnungsstätte Friedrichstadt	Alfred-Althus-Str. 2a, 01067	Lena Jasef	21 35 99 92	friedrichstadt@volkssoli-dresden.de
» „fidelio“	Papstdorfer Str. 25, 01277	Jana Baumgart	25 02-160	fidelio@volkssoli-dresden.de
» „Michelangelo“	Räcknitzhöhe 52, 01217	Annett Rose	21 39-709	michelangelo@volkssoli-dresden.de
» Begegnungs- und Beratungszentrum Klotzsche	Langebrücker Str. 4, 01109	Birgit Claus	88 06-345	klotzsche@volkssoli-dresden.de
Laubegast	Laubegaster Ufer 22, 01279	Sabine Born	50 10-525	laubegast@volkssoli-dresden.de
Walter	Walter-Arnold-Str. 23, 01219	Yvonne Haufe-Brosig	27 52-110	walter@volkssoli-dresden.de
» „Am Nürnberger Ei“ Trachenberge	Nürnberger Str. 45, 01187	David Ruttge	47 19-366	nuernbergerei@volkssoli-dresden.de
	Trachenberger Str. 6, 01129		50 10-441	trachenberge@volkssoli-dresden.de
» Seniorenbegegnungsangebot Treff „Am Waldschlößchen“	Radeberger Str. 58, 01099	Christoph Amberger	31 627-926	waldschloesschen@volkssoli-dresden.de
» Bürgertreff Marie	Breitenauer Str. 17, 01279	Christiane Hofmann	21 30-438	marie@volkssoli-dresden.de
» Seniorenzentrum Amadeus	Striesener Str. 2, 01307	Cathrin Bochert	44 72-869	amadeus@volkssoli-dresden.de
<b>Essen auf Rädern</b>	Altgorbitzer Ring 58, 01169	Gabriele Baumann	50 10-134	essen@volkssoli-dresden.de
<b>Haushaltshilfe</b>	Laubegaster Ufer 22, 01279	Katja Schiel	50 10-531 50 10-535	haushaltshilfe@volkssoli-dresden.de
<b>Hausnotruf</b>	Altgorbitzer Ring 58, 01169	Julia Hennig	50 10-173	hausnotruf@volkssoli-dresden.de
<b>Kurzzeitpflege</b>				
» Gorbitz	Altgorbitzer Ring 58, 01169	Frank Stöbe	50 10-118	kurzzeitpflege-gorbitz@volkssoli-dresden.de
<b>Pflegeheim</b>				
» Gorbitz	Altgorbitzer Ring 58, 01169	Frank Stöbe	50 10-118	belegung-gorbitz@volkssoli-dresden.de
» Leubnitz	Spitzwegstr. 57, 01219	Peggy Heber	50 10-730	belegung-leubnitz@volkssoli-dresden.de
<b>Physiotherapie</b>	Altgorbitzer Ring 58, 01169	Katrin Raschke	50 10-162	physio@volkssoli-dresden.de
<b>Seniorenwohnen</b>				
» Gorbitz*	Altgorbitzer Ring 58a, 01169	*Vermietung über	50 10-148	vermietung@volkssoli-dresden.de
» Leubnitz*	Spitzwegstr. 57, 01219	Thomas Dörschel		
» Löbtau*	Mohorner Str. 14 f, 01159			
» Trachenberge*	Trachenberger Str. 6, 01129	*Mietbegleitung über		
» Gruna	Postelwitzer Str. 2, 01277	Ramona Piltz	50 10-321	wohnen@volkssoli-dresden.de
<b>Tagespflege</b>				
» Gruna/Striesen	Kipsdorfer Straße 93, 01277	Ines Seifert	4 999 898	tp-gruna@volkssoli-dresden.de
» Laubegast	Laubegaster Ufer 22, 01279	Franziska Quaas	50 10-511	tp-laubegast@volkssoli-dresden.de
» Löbtau	Frankenbergstraße 23, 01159	Sandro Seifert	50 10-311	tp-loebtau@volkssoli-dresden.de
» Trachenberge	Trachenberger Str. 6, 01129	Karsten Gode	50 10-411	tp-trachenberge@volkssoli-dresden.de
» Gorbitz	ab 01.12. Altgorbitzer Ring 58, 01169	Claudia Schröter	50 10-310	west@volkssoli-dresden.de