

POT-Report

Wir „STIFT“en Zukunft



Ein ESF-gefördertes Monatsmagazin

3. Ausgabe

POTschappel lebt !

17. Februar 2009

*** ein Magazin von, durch und für Mitbürgerinnen und Mitbürgern in sozial schwachen Verhältnissen ***

Inhaltsverzeichnis

Titelseite und Seite 2
Kochstudio

Seite 3 + 4
Teilnahmeformular

Seite 5
Hilfe - müssen wir frieren?

Seite 6
Fortsetzung und Neues ALG II

Seite 7 + 8
Faschingszeit

Seite 9
Meine persönliche Geschichte

Seite 10
Gewalt gegen Frauen

Seite 11
Informationen aus Freital

Seite 12
Fremde Sprache

Seite 13
Ratgeber

Seite 14
Rezepte

Seite 15
Ratgeber Ernährung

Seite 16
Amüsantes

Seite 17
Kiddylinchen

Seite 18
Bürgerservice

Seite 19
Tauschbörse

Seite 20
Impressum

Kochstudio „KUL(T)inario“ – Integration durch Sinne und Genüsse

Von Roman Schwarz

Vorstandsvorsitzender des gemeinnützigen Vereins hausrock e.V. (Projekträger)

Liebe Potschappler Mitbürgerinnen und Mitbürger,

vielleicht können Sie sich noch erinnern, dass wir im Zeitraum September 2007 bis Mai 2008 in unserem Hause – damals unter der Trägerschaft des Förderkreises BIOTEC e.V. zahlreiche Kochduelle durchgeführt haben, die zu einer überwältigten Resonanz geführt haben und von denen noch heute alle Beteiligten schwärmen.

Das war auch der Anlass, diese Idee des „gemeinsamen Kochens“ fortzusetzen, wenn auch unter einem etwas anderen Aspekt.

Das jetzt initiierte und vom Europäischen Sozialfonds und dem Land Sachsen geförderte **Kochstudio "KUL(T)inario"** ist ein Projekt, in dem Mitbürgerinnen und Mitbürger aller Altersklassen mit z.T. extrem großen Problemlagen, insbesondere Langzeitarbeitslose (darunter vor allem auch Mitmenschen mit Migrationshintergrund), unter fachkompetenter Anleitung und trotz ihres "schmalen Geldbeutels" in die "Kunst" des effizienten sprich Kosten sparenden und dennoch schmackhaften und gesunden Ernährens und Kochens eingewiesen werden.

Dieser Prozess erstreckt sich vom optimalen Kalkulieren über den bewussten Einkauf und den effizienten Einsatz der Ausgangsstoffe im Rahmen der Zubereitung bis hin zum Genuss/Verzehr eines schmackhaften und gesunden Essens. Gleichzeitig vermittelt das KOCHSTUDIO die bunte Vielfalt des Kochens - auch durch den Erfahrungsaustausch unter den beteiligten Teilnehmerinnen.

Kochstudio KUL(T)inario

Integration durch Sinne und Genüsse



- kostenbewusstes, wirtschaftliches und gesundes Kochen
- Entwicklung einer lebensbejahenden natürlichen Ernährungsweise
- gemeinsames Planen, Einkaufen und Verzehren
- unter fachkompetenter Anleitung, unterstützt durch den Verband der Köche Deutschland e.V.
- jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat bis 26. November 2009

Anmeldung und weitere Informationen unter:
Hausrock e.V.
Gutenbergstr. 12
01705 Freital/Potschappel
Tel: 0351 - 64636933
Email: info@hausrock.eu

unterstützt durch:



Förderkreis
BIOTEC
Gutenbergstraße 12 01705 Freital e.V.
fon: 0351 - 646 369 32 fax: 0351 - 646 639 35
mobile: 0152 - 22 80 35 34
email: schwarz@foerderkreis-biotec.de

ProjektEntwicklung

AufbauOrganisation

SozialraumManagement

Europa fördert Sachsen.



.....Fortsetzung Seite 2

Aktuelles aus dem SOZIALHAUS in der Gutenbergstrasse

.....Fortsetzung von der Titelseite

Gerade die so genannte "deutsche Küche" ist für Spätaussiedlerinnen/ Migrantinnen noch Neuland, ebenso vermitteln sie jedoch eigene kulinarische Erfahrungen ihres Herkunftslandes.

Soziale Bedürftigkeit und gesunde und schmackhafte Kost schließen sich nicht zwingend aus - dies ist ein Hauptanliegen des gemeinsamen Lernens in dieser Kochschule, die u.a. auch familienorientiert ist. Natürlich geht es auch um die heimische Küchenausstattung, die den Notwendigkeiten sowohl bezüglich der finanziellen Ausstattung/Möglichkeiten der Nutzer als auch bezüglich der wirklich erforderlichen Gebrauchsgegenstände angepasst ist.

Der für dieses Projekt zur Verfügung stehende Chefkoch ist Vizepräsident des Verbandes der Köche Deutschland (e.V.). Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer treffen sich aller 2 Wochen, um in einer Zeiteinheit von ca. 6 Stunden Theorie und Praxis des gesunden und effizienten Kochens/ Zubereitens zu erlernen.

Gemeinsam kalkulieren sie kostenbewusst, gehen ebenso zielgerichtet einkaufen und bereiten die geplanten Speisen nach den Regeln der nahrhaften und gesunden Ernährung zu – immer auch im Bewusstsein, mit dem ALG II nur über einen begrenzten finanziellen Rahmen zu verfügen.

Alle Gerichte sind so ausgelegt, dass sie am häuslichen Herd nachvollziehbar sind. Die gesunde und effizient hergestellte Kost - ob Frühstück, Mittagessen oder auch Abendbrot - ist ein Faktor, der entscheidend zum Wohlbefinden, zur Lebensfreude und zum Lebensoptimismus beiträgt. Gerade im Familienverbund trägt das GEMEINSAME kostenbewusste Planen, Einkaufen, Zubereiten und Verzehren/ Essen zu einer lebensbejahenden Grundeinstellung bei.

Es führt zu einem entspannteren Familienklima und macht den Kopf frei, sich für die noch entscheidenderen Lebensprozesse (Schule, Arbeit, Ausbildung) mit höherem Engagement und entsprechender Eigenverantwortlichkeit einzusetzen. Das KOCHSTUDIO, das auch nach

Projektabschluss weiter bestehen soll, befördert darüber hinaus durch diese Gemeinsamkeit/den Austausch das Gefühl des Miteinanders und damit den unmittelbaren Integrationsprozess. Am (vorläufigen) Ende des Projektes steht auch eine Broschüre, die als kleiner Leitfaden - garniert mit Rezepten und Zubereitungstechniken - durch die Projektteilnehmerinnen und -teilnehmer selbst erarbeitet wird.

Nur das Binden der Broschüre und die fachkompetente Umsetzung der durch die TN erfolgten Layouterarbeitung erfolgt über Fremdleistung.

Das Projekt wird im Stadtteil Freital-Potschappel - einem bundesweit anerkannten sozialen Brennpunkt - inklusive des näheren Umfeldes realisiert.

Dieser Stadtteil zeichnet sich durch z.T. extreme soziale Problemlagen aus - u.a. Langzeitarbeitslosigkeit mit zahlreichen Folgewirkungen, Sucht (Alkohol und Drogen), weit verbreitete Schuldenproblematik, viele zerrüttete Familienverhältnisse, hoher Abwandrungstrend etc.

Wir als Träger sind Ihnen sicher noch in Erinnerung als Veranstalter der Jugendkonzertreihe „hausrock – Voll. 1 - 6“, die mit viel Herzblut und Engagement organisiert und durchgeführte wurde, letztlich jedoch nicht die Resonanz erzielte, die wir uns erhofften.

Der hausrock e.V. engagiert sich aber weiterhin und unmittelbar im Sozialhaus Freital-Potschappel, in dem mehrere Sozialvereine miteinander kooperieren, ihre Erfahrungen und Informationen austauschen und auch ihr Handeln bezogen auf die benannten Zielgruppen abstimmen (u.a. DRESDNER TAFEL e.V.(Versorgung), Förderkreis BIOTEC e.V. (Sozialprojekte); erdaktiv e.V.(Kunst), mundwerk e.V. (Kinder), LOESERnet.com GmbH (Sprachbildung).

Das vorliegende jederzeit "zugangsoffene" Projekt wird unter Einbezug zahlreicher Kooperationspartner realisiert. Dabei möchten wir vorhandene Netzwerkkontakte (NW Migration, NW Freital Net/z) ebenso aktiv nutzen wie die Kooperation zu zahlreichen Vereinen und Institutionen des unmittelbaren Umfeldes.

Wer von Euch Interesse an der Teilnahme hat, kann sich jederzeit bei uns melden und ist herzlich eingeladen. Der beiliegenden Tabelle könnt Ihr die nächsten Kochstudio-Termine entnehmen. Traut Euch und Ihr werdet es ganz bestimmt nicht bereuen

Und denkt daran:

Es kostet Euch nichts !

Ganz im Gegenteil: Das, was Ihr da kalkuliert, einkauft und gemeinsam kocht, verzehrt Ihr auch gemeinsam und Ihr lernt eine Menge für den heimischen Herd.

Ihr könnt Euch jederzeit bei uns in der Gutenbergstrasse 12 anmelden.

Ansprechpartner:

**Roman Schwarz
Hannelore Höckner**

fon

0351.646 369 33

mail

info@hausrock.eu

hoeckner@foerderkreis-biotec.de

Aktuelles aus dem SOZIALHAUS in der Gutenbergstrasse

Projekt-Laufzeit „Kochstudio“

01.12.2008 – 26.11.2009

Ort: Hauswirtschaftsküche, Gutenbergstr. 12, 01705 Freital

Nächste Termine	Dauer	Teilnehmer
12.02.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
26.02.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
12.03.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
26.03.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
09.04.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
23.04.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
14.05.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
28.05.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
11.06.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
25.06.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
10.09.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
24.09.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
08.10.2009	6h	Max. 10 Teilnehmer
22.10.2009	6h	Abschlussveranstaltung

Hier bitte abtrennen und in der Gutenbergstr. 12 abgeben!

***** Ich möchte am Kochstudio „KUL(T)inario“ teilnehmen ! *****

Name:

Vorname:

Geb. am:

Wohnhaft in:

Telefonisch erreichbar

Mit mir nehmen noch folgende Familienmitglieder teil:

Wunsch-Termine (mindestens 3):

Ort, Datum

Unterschrift

Aktuelles aus dem SOZIALHAUS in der Gutenbergstrasse

Puppentheater „Kaleidoskop“ des Förderkreises BIOTEC e.V. (Probenarbeit)

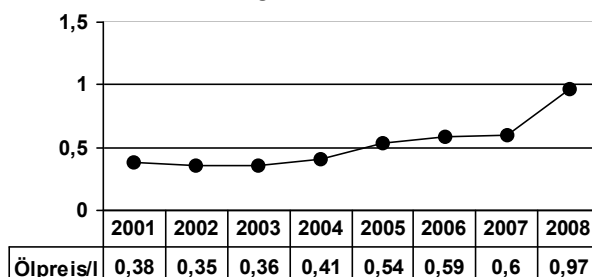
Ein Ensemble hochengagierter Spätaussiedlerinnen, die schon so manchem Vorstellungsbesucher viel Freude bereiteten.
Demnächst wieder zu erleben beim BUNTEN FREITAL 2009



Hilfe, müssen wir frieren? – Sind die Kosten der Unterkunft (KdU) für uns noch bezahlbar ?

Mit Einführung des SGB II zum 01.01.2005 kam auch eine Verwaltungsvorschrift vom 5.10.2004, des Altlandkreises Weißeritzkreis zum tragen. Diese beinhaltet eine Richtlinie zur Übernahme der Kosten der Unterkunft. Hiernach sind Mietobergrenzen (4,00€ kalt), Betriebskosten und Heizkosten (max. 2,60€/m²) und die Wohnungsgröße pro Person festgehalten. Für 1 Person stehen 45m² zur Verfügung, für 2 Personen sind es 60m², für 3 Personen sind es 75m² und für jede weitere Person jeweils 10m². Seit dieser Einführung sind die Kosten für Heizung um mehr als 100% gestiegen.

Heizölpreisentwicklung der letzten Jahre bei einer Abnahmemenge von 3000l



Wenn man den statistischen Bericht der BA vom Oktober 2006 zu Grunde legt, wurden durchschnittlich 377,- € (95%) für die KdU von den Trägern der Grundsicherung anerkannt. Diese Summe ist, wie folgt aufgeschlüsselt: 227,- € für die Kaltmiete, 37,- € für Heizkosten, 49,- € für Neben- und Betriebskosten und 2,- € für sonstige Nebenkosten.¹ Hiernach werden rund 43% von den Betriebs- u. Heizkosten für die Heizkosten bewilligt. Somit stehen dem Hilfebedürftigen 1,12€/m² für die Heizung zu. Da der Bedarf für Kosten der Unterkunft 2004 ermittelt wurde, hatte man auch nur die Werte der vorhergehenden Jahre als Bezugsgröße vorliegen. Der Durchschnittswert der letzten zu Grunde legenden 4 Jahre lag bei 0,375 €/l Heizöl. Wie die Tabelle zeigt, gab es ab 2005 nur noch Preisansteigerungen beim Heizöl. In der folgenden Tabelle wird ersichtlich, inwieweit der Satz für Betriebskosten und Heizung bedarfsgerecht hätten erhöht werden müssen. Als Berechnungsgrundlage diente der o.g. statistischen Bericht der BA. Die Werte von 2004 wurden als Ausgangspunkt gewählt.

Diese Tabelle zeigt nur die Erhöhung der Heizkosten. Dies bedeutet, dass die bewilligte Übernahme von KdU für das Jahr 2008 auf 4,38€/m² für Betriebskosten und Heizung hätte angehoben werden müssen um den Mindestbedarf zu decken. Nach dieser Berechnung wären für eine 2-Personenbedarfsgemeinschaft mit einer 60m² großen Wohnung, 1288,80€ für die Heizkostenabrechnung 2007 ange-

Jahr	2004	2005	2006	2007	2008
Betriebskosten und Heizung/m ²	2,60	3,09	3,24	3,27	4,38
davon Anteil für Heizung/m ²	1,12	1,61	1,76	1,79	2,90

Der Richtigkeit wegen muss noch angegeben werden, dass es im Weißeritzkreis keine konkreten Werte bezüglich der Aufteilung der Betriebskosten in Kosten für Heizung und anderer Kosten gibt. Mir sind Fälle bekannt, wo auch 1,40 €/m² für Heizung übernommen wurden. Hierbei erscheint es wichtig, dass 2,60 €/m² an Betriebskosten nicht überschritten werden, wobei die ARGE Weißeritzkreis auch einen Spielraum von +10% als noch angemessen ansehen kann. Dennoch bleibt fraglich, inwieweit 2,60 € in den Jahren 2005 bis 2009 überhaupt als angemessen angesehen werden

können. Der örtliche Wasserversorger, die Weißeritzgruppe GmbH, liefert das teuerste Wasser Deutschlands. Auch andere Grundversorger liegen mit Ihren Preisen im oberen Drittel der Preisspitzenreiter.

„Am familienfreundlichsten sind die Versorgungspreise in München mit 2.211 Euro pro Jahr. Es folgen Oldenburg (2.228 Euro), Ingolstadt (2.237 Euro) Lübeck (2.264 Euro) und Nürnberg (2.267 Euro). Auch bei den Familien liegt Dresden mit 2.764 Euro auf dem letzten Rang, wo Familien über 550 Euro mehr als in München zahlen. Es folgen Gera (2.736 Euro), Zwickau (2.637 Euro), Rostock (2.685 Euro) und Leipzig (2.622 Euro).“² Der Überblick

zeigt wiederum, dass die neuen Bundesländer durch die Hartz IV-Gesetze die größten finanziellen Einbußen haben. Hartz IV war ursprünglich nicht für die finanzielle Absicherung von Langzeitarbeitslosen gedacht, sondern für einen maximalen Überbrückungszeitraum von 6 Monaten. Es sollte damit erzwungen werden, dass der Großteil der Arbeitslosengeldempfänger (übrigens dachte man da vornehmlich an die Arbeitslosen in den alten Bundesländern) durch den finanziellen Einschnitt zur Arbeitssuche und Arbeitsaufnahme, auch für weniger bezahlte Jobs, motiviert werden. Und unter diesem Hintergrund war die Berechnung des Hartz IV-Satzes auch bedingt zumutbar. Denn ½ Jahr hätten die Betroffenen auch die finanziellen Einschnitte überbrücken können. Und auch aus diesem Grund sieht das Gesetz (SGB II) keine zusätzlichen Hilfen wie das alte Sozialgesetz vor. Ein großer Teil der heutigen ALG II-Empfänger bezogen schon 2005, mit der Einführung dieses Gesetzes, diese Leistungen. Das sind immerhin schon über 4 Jahre. 4 ganze Jahre mit einer Behelfsleistung auszukommen, die nur für die Dauer eines halben Jahres gedacht war. Welche Einbußen Familien mit ALG II hatten und haben, können nur die Betroffenen selber richtig nachvollziehen.

Im letzten Sozialbericht der Sächsischen Regierung sprach man davon, dass ALG II-Empfänger nicht in Armut lebten, da die Leistungen vollkommen ausreichend sind. Im Gegensatz dazu wurde im Sozialbericht der Bundesregierung sehr wohl von Armut gesprochen. War die sächsische Landesregierung wahrnehmungsgestört, dass sie

nicht sah, dass das ALG II zur Armut führt. Ein Grund dessen dafür kann sein, dass in Sachsen keine statistischen Erhebungen über die sozialen Verhältnisse von Kindern und Jugendlichen gemacht werden dürfen. Als Beispiel sei hier genannt, dass die Befunde der Schuleingangsuntersuchung nicht weitergegeben werden dürfen.

¹ Statistik der Bundesagentur für Arbeit. Grundsicherung für Arbeitssuchende: Wohnsituation und Wohnkosten. S. 9, Nürnberg im Oktober 2006

...Fortsetzung und Neues zum ALG II

Unsere ehemalige Sozialministerin Helma Orosz, machte im letzten Jahr nur zögerlich einen Kompromiss in der Weise, dass sie die Eltern selber entscheiden ließ, ob die Daten zu statistischen Zwecken weiter verarbeitet werden dürfen. D.h., dass die sächsische Regierung offiziell keine Kenntnis von den sozialen Verhältnissen unserer Kinder und damit verbunden mit der bestehenden Kinderarmut besitzt. Gerade Frau Orosz, die Erzieherin zu DDR-Zeiten war, müsste sich sehr wohl in den unterschiedlichen sozialen Verhältnissen von Berufswegen auskennen. Oder war sie keine gute Pädagogin, dass sie solche sozialen Unterschiede nicht erkannte und wechselte darum in's Ministerium. Aber gerade hier ist es doch m.E. wichtig, Kenntnisse über die sozialen Strukturen der Region zu besitzen. Das regionale sächsische Umfeld war vielleicht auch zu umfangreich. Vielleicht hilft ihr jetzt der neue Sohn des Sonnengottes Helios, Phaeton, um mehr Licht in die dunklen Seiten der Dresdener Sozialstruktur zu bringen, damit die landeshauptstädtischen Kinder in der Zukunft nicht mehr frieren müssen.

Abschließend sei noch bemerkt, dass der Gesetzgeber nach SGB II festlegte, dass die tatsächlichen aufgewendeten Kosten für die Heizung zu übernehmen sind, wenn sie angemessen sind. Angemessen sind die Kosten, die zum Beheizen einer Wohnung benötigt werden. Die Rechtslage: Grundsätzlich hat ein Mieter Anspruch darauf, dass die Heizungsanlagen von Anfang Oktober bis Ende April voll funktionsfähig sind. Das Amtsgericht Hamburg vertrat die Meinung, zwischen 6 und 22 Uhr müsse eine Raumtemperatur von 20 Grad Celsius erreicht werden können (Az 41a C 1371/93). Im Kontext dazu muss dass SGB II diese Gewährleistung mittragen, da sonst dass Gesetz nicht Verfassungskonform wäre.

A.K.

Hartz IV – Änderungen sind absehbar

Unklarheiten und Ungerechtigkeiten bei Hartz IV haben zu einer Flut von Klagen geführt. Jetzt fordert selbst die Politik Nachbesserungen. Uwe Döring, Arbeitsminister in Kiel, fordert, „Bedarfgemeinschaften“ abzuschaffen. Der Anspruch auf Wohnraum soll genauer definiert und die Verknüpfung mit anderen Leistungen wie BAFÖG aufgelöst werden. Die Zahl der Klagen haben sich in drei Jahren fast verdoppelt, so Döring zu seiner Initiative.

(Quelle: RTL-Videotext)

Der Hartz-IV-Regelsatz für Kinder ist nach Auffassung des Bundessozialgerichts verfassungswidrig.

Dienstag, 27. Januar 2009, 17:37 Uhr

Kassel/Berlin (Reuters) - Der Hartz-IV-Regelsatz für Kinder ist nach Auffassung des Bundessozialgerichts verfassungswidrig.

Die geltende Regelung verstoße in mehrfacher Hinsicht gegen das Gleichheitsgebot des Grundgesetzes, urteilten die Richter am Dienstag in Kassel. Die Bestimmung sieht vor, dass Kinder von Arbeitslosengeld-II-Empfängern bis zum Alter von 14 Jahren lediglich 60 Prozent der monatlichen Regelleistung von 351 Euro für ledige Erwachsene erhalten, also 211 Euro.

Die Kasseler Richter riefen in dieser Frage das Bundesverfassungsgericht in Karlsruhe an, das nun über die Verfassungsmäßigkeit entscheiden muss. Sozialverbände sprachen von einer schallenden Ohrfeige für die Bundesregierung und forderten gesetzliche Änderungen. Die Regierung versprach eine ausführliche Prüfung des Urteils.

Anders als die Kläger, die wegen der reduzierten Auszahlung für Kinder das grundgesetzlich garantierte Existenzminimum nicht mehr für gewährleistet hielten, wollten Deutschlands oberste Sozialrichter die Höhe des Sozialgelds nicht grundsätzlich für unzureichend erklären. Ihrer Auffassung nach hätte die Regierung die Höhe der Leistungen jedoch nicht festlegen dürfen, ohne den für Kinder und Jugendliche notwendigen Bedarf detailliert zu ermitteln. Anders als bei der Sozialhilfe sei zudem im Hartz-IV-Gesetz keine Anerkennung von zusätzlichem Bedarf vorgesehen, so dass Kinder von Sozialhilfeempfängern zu Unrecht besser gestellt würden. Weiterhin rügte der Senat, dass bei Hartz IV kein Unterschied zwischen Säuglingen und Jugendlichen gemacht werde. (Az.: B 14/11b AS 9/07 R und B 14 AS 5/08 R).

Geklagt hatten Hartz-IV-Empfänger aus Dortmund und dem Kreis Lindau am Bodensee. Sie konnten sich auf eine Entscheidung des hessischen Landessozialgerichts berufen, das die Leistungen für Kinder und Familien im Rahmen des Arbeitslosengelds II bereits im Oktober vergangenen Jahres für grundgesetzwidrig erklärt und das Thema dem Verfassungsgericht vorgelegt hatte. Zum Juli ist für Kinder zwischen sieben und 14 Jahren im Rahmen der Konjunkturliefer eine Erhöhung auf 70 Prozent der Leistungen für Erwachsene vorgesehen. **SOZIALVERBÄNDE FORDERN REGIERUNG ZU RASCHEM HANDELN AUF.** Sozialverbände forderten die Bundesregierung auf, rasch Konsequenzen aus dem Urteil zu ziehen. Die Bedarfsermittlung für Kinder und Jugendliche müsse nachgeholt und die Regelsätze müssten angepasst werden, verlangte der Paritätische Wohlfahrtsverband. "Es ist beschämend, dass Richter die Politik an ihre Verantwortung für die Kinder in unserem Land erinnern müssen", sagte Hauptgeschäftsführer Ulrich Schneider. Die Kindersätze müssten je nach Alter auf 254 bis 321 Euro erhöht werden. Der Sozialverband Deutschland (SoVD) sieht sich durch das Urteil in seiner Kritik bestätigt, wonach die Regelsätze zu niedrig und willkürlich angelegt seien. Der Präsident des deutschen Kinderschutzbundes, Heinz Hilgers, sagte der "Saarbrücker Zeitung", das Gericht habe mit seiner "Klatsche für die Politik" deutlich gemacht, dass es völlig respektlos gegenüber den Bedürfnissen von Kindern sei, nur 60 Prozent vom Regelsatz eines Erwachsenen vorzusehen. Die Grünen forderten einen eigenständigen Bedarfssatz für Kinder, die Linken eine "bedarfsorientierte Kindergrundsicherung".

Ein Sprecher des Bundesarbeitsministeriums sagte, mit dem am Mittwoch vom Kabinett verabschiedeten Konjunkturpaket werde es künftig eine besondere Erhebung des Bedarfs von Kindern geben und ein "dritter Kinderregelsatz" eingeführt. Das Urteil beziehe sich auf die alte Regelung. "Insofern sind wir da auf einem guten Weg", sagte er. Die Sätze würden darüber hinaus laufend überprüft. Auch SPD-Fraktionschef Peter Struck sagte, die Koalition sei damit auf dem richtigen Weg. Kassel/Berlin (Reuters)

Fasching

„Feste“ Feiern

Man sagt es gibt 5 Jahreszeiten: Frühling, Sommer, Herbst und Winter und??? die 5. Jahreszeit heißt Fasching, Karneval bzw. Fastnacht. Sie beginnt, jedes Jahr am 11.11. um 11.11Uhr.

Fasching

„Vaschnac“, „Vaschang“, taucht bereits im 13. Jh. im Hochdeutschen auf, heute uns besser bekannt unter dem Wort Fasching! Sprachgeschichtlich ist dies auf „Fastenschank“ zurückzuführen, also dem letzten Ausschank (alkoholischer Getränke) vor der damals strengen Fastenzeit!

Karneval

Die Herleitung des Begriffes ist jedoch nicht eindeutig geklärt, *mittelateinisch: carnevale (-levare) die mit der Fastenzeit bevorstehende Fleischwagnahme *lateinisch: carne vale der Abschiedsrufr „Fleisch lebe wohl!“. Im 19. Jh. wurde der Begriff auch auf das römische vorchristliche lateinische Carrus navalis, Schiffskarren, ein Schiff auf Rädern, das bei jährlichen Umzügen zum Wiederbeginn der Schifffahrt durch die Straßen geführt wurde, zurückgeführt. Hieraus soll sich die Tradition des Narrenschiffes gebildet haben. Jedoch ergaben Forschungen, dass das Wort carrus navalis, im römischen Latein nicht existiert. Sicher ist jedoch das es aber sehr unterschiedlich gefeiert wird.

Die alemannische Fastnacht

Die alten Germanen glaubten an Dämonen. Jeden Frühling feierten sie ein wildes Fest, bei dem die bösen Wintergeister vertrieben werden sollten. Die Dorfbewohner setzten sich grauenvolle Masken auf ihre Gesichter. Außerdem machten sie mit Schellen, Rasseln und Trommeln einen Höllenkrach, um die Wintergeister in die Flucht zu schlagen. Der katholischen Kirche war das fröhliche, nicht-christliche (also heidnische) Fest im Mittelalter ein Dorn im Auge. Deshalb kam die Kirche auf die Idee, das Fest einfach umzudeuten. Statt böse Geister galt es fortan, den Teufel zu vertreiben. Denn vom Teufel ist - im Gegensatz zu Geistern - wenigstens in der Bibel die Rede.

Teufelsmasken statt Geisterfratzen

Die Teufelsmasken ersetzten nach und nach die germanischen Geister- und Hexenfratzen. Auch Tiermasken sah man oft bei den Feiern. Die Tiere standen dabei für bestimmte Sünden, die ebenfalls vertrieben werden sollten. Der Esel bedeutete zum Beispiel Trägheit und der Fuchs Geiz. Dort laufen jedes Jahr im Februar Menschen mit gruseligen Holzmasken und lauten Schellen durch die Straßen, um symbolisch den Winter zu vertreiben.

Lebe wohl, Fleisch

Im zwölften Jahrhundert hatte der Papst eine jährliche Fastenzeit vor dem Osterfest ausgerufen. Zwischen Aschermittwoch und Karsamstag sollten die Christen weniger essen und dafür mehr beten. Fleisch zu verzehren war in diesen Wochen absolut verboten. Daher kommt auch die Bezeich-

man oft bei den Feiern. Die Tiere standen dabei für bestimmte Sünden, die ebenfalls vertrieben werden sollten. Der Esel bedeutete zum Beispiel Trägheit und der Fuchs Geiz. Dort laufen jedes Jahr im Februar Menschen mit gruseligen Holzmasken und lauten Schellen durch die Straßen, um symbolisch den Winter zu vertreiben.

Die "kleinen Leute" übernehmen die Macht

Seinen dritten Ursprung hat die Fastnacht im alten Rom. Im Altertum feierten die Römer dort das Saturnalienfest. Für einen Tag durften die Einwohner die Rollen tauschen: Die vornehmen Herren mussten ihre Sklaven bedienen. Die Diener durften auch Witze erzählen und Kritik äußern, wofür sie an anderen Tagen hart bestraft worden wären. Aus dieser Tradition heraus haben sich unsere heutigen "Büttenreden" entwickelt. Auch die Übernahme des Rathauses durch die Narren an den "tollen Tagen" hat seinen Ursprung im römischen Saturnalienfest.

Drei Feste verschmelzen zur "Fastnacht"

Einige Jahrhunderte später verknüpfte der Papst, den alten römischen Brauch mit dem christlichen Fastenfest. Und mit Beginn der Fastenzeit, also am Aschermittwoch endet dann die Faschingszeit. Man bezeichnet die traditionelle Zeit, als die Zeit der Ausgelassenheit, Fröhlichkeit und überschäumender Lebensfreude, die Zeit der Bräuche und Sitten!

Faschingskostüme (Vorschläge)



Fasching



Dieses Kostüm und viele andere kann man beim Förderkreis BIOTEC e.V. ausleihen. Wer natürlich ein eigenes Kostüm haben möchte kann es sich auch in der Nähstube fertigen lassen. Ausleihgebühren und Preise für das Nähen variieren und sind deshalb zu erfragen. Kontaktdaten finden sie im Bürgerservice.

.... und hier noch einige Kostüme als Vorlage zum selber gestalten.



Wir wünschen Euch eine fröhliche Faschingszeit!

Meine ganz persönliche Geschichte

Gewalt gegen Frauen

Es war 1982 als sie ihren damaligen Mann kennen lernte und kurz darauf auch heiratete. Vor der Hochzeit war er lieb und nett und schien ihr jeder Wunsch von den Augen abzulesen, doch danach sollte es die Hölle auf Erden werden. Günther (Name geändert) entpuppte sich als Alkoholiker mit einem Hang zum Sadismus.

Sechs Wochen nach der Hochzeit brachte er eine „Freundin“ mit, welche zu Hause angeblich Probleme mit ihrem Mann hatte und bei ihnen über Nacht bleiben würde, damit nichts passiert. Erikas (Name geändert) Gefühl sagte ihr gleich, dass dies nur eine faule Ausrede war und Stunden später musste sie dann feststellen, dass er nur mit dieser Frau Sex haben wollte.

Dies in der gemeinsamen Wohnung und im Ehebett! Der seelische Schmerz übermannte Erika und sie weinte sich in



der Stube auf dem Sofa in den Schlaf. Einige Wochen später, seine „Freundin“ war wieder bei ihrem Mann, wollte er mit Erika schlafen, sie hatte aber zu dieser Zeit gerade ihre Regel und damit die Blutung

beim Sex nicht so stark war, musste sie sich in eine Schüssel mit eiskaltem Wasser setzen. Die Folge war, dass sie einige Tage später eine Blasenentzündung hatte und zum Arzt musste. In den darauf folgenden Monaten gab es Schläge, wenn Günther irgendetwas nicht passte oder er einfach nur schlechte Laune hatte. Er tätowierte ihr seine Initialen auf den Arm, welche er ein paar Tage später mit einer Zigarette teilweise wieder heraus brannte.

Im Januar 1983 wurde es sehr kalt. Die Tiefstwerte lagen nachts bei minus 20 Grad, als Günther wieder einmal ange-trunken und frustriert am späten Abend nach Hause kam. Ohne Grund hagelte es Schläge und er forderte von Erika, sich nackt auszuziehen und sich so unter das geöffnete Fenster in der Schlafstube zu setzen. Sie lehnte dies ab und er schlug mit sinnloser Gewalt auf sie ein, so dass die Zähne splitterten und sie den Mund voll davon hatte.

An den Haaren zog er sie an das geöffnete Fenster, riss ihr die Sachen vom Leib und schubste sie hin. „Dort bleibst du sitzen, bist ich dich wieder rein hole.“ sagte Günther. Über eine Stunde verbrachte Erika so zu, bis er sie ins Bett holte und ihr noch ein paar Schläge verpasste, weil sie so kalt war.

Im April bekam Erika eine Arbeit in der Lederfabrik und sie war froh, dass sie wieder unter Menschen war, denn Günther ließ sie nur aus der Wohnung, damit sie einkaufen gehen konnte oder wenn sie Behördenwege erledigen musste.

Nach zwei Wochen wollte Günther sie wieder zu Hause haben und weil Erika nicht so einfach kündigen konnte, kam er auf die Idee ihr den Finger zu brechen. Sie musste den Finger auf den Tisch legen und er schlug mit einem Feuerhaken zu. Sechs Wochen wurde Erika daraufhin krankgeschrieben.

Aus der alten Wohnung waren beide ausgezogen und in der neuen Wohnung war ein Bad mit Wanne, so dass Erika in den Genuss kam, zu baden. Vorher ging sie einmal die Woche zur Schwägerin um dort zu baden.

Günther hatte sich aber in der Zwischenzeit eine neue Schikane einfallen lassen. Erika musste sich ein Bad einlassen



und er kam mit und brachte den Fön mit. Sie hatte schon ein unangenehmes Gefühl im Bauch und es sollte sie nicht trügen. Nachdem sie dann in der Wanne saß, steckte Günther den Fön in die Steckdose, stellte sich neben die Wanne und drohte Erika damit, dass er den Fön in das Wasser fallen lässt. Erika glaubte schon, dass ihr letztes Stündlein geschlagen hat, aber nach einer halben Stunde verlor er die Lust an seiner Quälerei und verließ die Wohnung.

Erika wollte nur noch weg von diesem Menschen, aber in der DDR gab es keine Frauenhäuser und Wohnraum war knapp, so das es noch bis Februar 1986 dauerte bis sie aus dieser Stadt weg kam und sich ein neues Leben aufbauen konnte. Die Scheidung hatte sie schon ein Jahr vorher durch bringen können, da Günther weg Diebstahl und asozialem Verhalten für einige Zeit in den Strafvollzug musste.

Heute lebt Erika in einer anderen Stadt und hat auch einen neuen Lebensgefährten. In dieser Beziehung kommt Gewalt nicht vor.



Gewalt gegen Frauen

Häusliche Gewalt

Was ist häusliche Gewalt?

Gewalt in Partnerschaften und Familien wird in überwiegender Mehrzahl durch Männer gegen Frauen ausgeübt. Frauen jeder sozialen Schicht, jeden Alters und jeder Konfession erleben häusliche Gewalt.

Häusliche Gewalt umfasst Drohungen, Beleidigungen, Demütigungen und Erniedrigungen ebenso wie Schläge, Tritte, Vergewaltigungen bis hin zu Mord und Totschlag. Die Gewalt wird in aller Regel über lange Zeiträume wiederholt ausgeübt und hat erhebliche Folgen für Frauen und ihre Kinder im psychischen, körperlichen, ökonomischen und sozialen Bereich. Forschungen und Schätzungen zur Folge ist jede 3. Frau in ihrer Ehe oder Partnerschaft mindestens einmal der Gewalt durch ihren Partner ausgesetzt.

Formen häuslicher Gewalt

Gewalt gegen Frauen findet in der Regel in einem Komplex von Misshandlung, Ausbeutung, Unterdrückung und Kontrolle durch Ehemänner, Partner und andere männliche Personen des nahen sozialen Umfeldes statt. Dazu gehören alle Formen physischer, psychischer und sexueller Misshandlung sowie ökonomisch-finanzielle und soziale Diskriminierung.

Physische Misshandlung/ körperliche Gewalt

Körperliche Gewalt ist die Form von Gewalt, die in der Öffentlichkeit am deutlichsten wahrgenommen wird, wie Ohrfeigen, an den Haaren ziehen, Schlagen, Boxen, Treten, Verbrennungen, Verätzungen, Würgen, Angriffe mit Messern, Gegenständen wie Bierflaschen usw., Beibringen lebensgefährlicher Verletzungen, Mord.

Sexualisierte Gewalt

Häusliche Gewalt ist häufig mit sexuellen Misshandlungen der Frauen verbunden. Dabei wird die sexualisierte Gewalt durch die Öffentlichkeit sehr viel weniger wahrgenommen, als die körperliche Gewalt. Sexualisierte Gewalt ist weniger sichtbar als z. B. Hämatome oder Frakturen. Die Frauen selbst sprechen über die sexualisierte Gewalt noch seltener als über die körperliche Gewalt.

Beispiele für Formen sexualisierter Gewalt im Rahmen häuslicher Gewalt sind:

- sexuelle Erniedrigung,
- Belästigung,
- Zwang zu sexuellen Handlungen und Praktiken,
- vaginale, anale und orale Vergewaltigung,
- Zwang zu sexuellen Handlungen vor anderen (auch vor Kindern),
- Zwang zur Prostitution,

Zwang zur Teilnahme an oder Beobachtung von pornografischen Handlungen, Videos, Pornohefte ...

Psychische Gewalt

Als besonders gravierend und zerstörerisch erleben die be-

troffenen Frauen die psychische Gewalt. Neben körperlichen Misshandlungen und sexualisierter Gewalt führt maßgeblich die psychische Gewalt zur Zerstörung des Selbstwertgefühls, zur Zerstörung der psychischen Gesundheit, der eigenen Identität, des Glaubens an eigene Werte, Gefühle und Fähigkeiten. Insbesondere die psychische Gewalt ist vielfach subtil und von Außen nur begrenzt sichtbar.

Beispiele für psychische Gewalt sind:

- verbale Erniedrigung,
- Beleidigungen z. B. über ihr Aussehen,
- Bedrohung,
- Beschuldigungen,
- Äußerungen, dass die Frau z. B. verrückt, labil, psychisch krank sei, dass sie nichts kann, nichts hat und ohne den Mann nichts ist,
- lächerlich machen in der Öffentlichkeit,

Isolation von Bekannten, Familie und Freunden, ständige Kontrolle ...

Wirtschaftliche/ ökonomische Gewalt

Ökonomische Diskriminierung dient Männern ebenfalls dazu, ihre Macht aufrecht zu erhalten. Geld ist dabei ein Mittel, Frauen in der Beziehung festzuhalten, da sie Angst vor Verarmung und sozialem Abstieg haben.

Ökonomische Gewalt zeigt sich z. B. durch Entzug von Geld und Eigentum, alleinige Verfügung des Mannes über finanzielle Ressourcen, Verhinderung von Berufstätigkeit und Ausbildung der Frau, Verweigerung der Befriedigung von Grundbedürfnissen...

Ein weiterer Gewaltaspekt ist die Zerstörung und Beschädigung von Sachen. Damit demonstrieren die Täter ihre Verfügungsmacht, z. B.: Vernichtung von für die Frau existenziell wichtigen Papieren, Beschädigung, Vernichtung von Dingen, die der Frau wichtig und lieb sind, von Bekleidung ...

Soziale Diskriminierung

Soziale Diskriminierung ist sehr häufig Bestandteil häuslicher Gewalt, z. B. über Beanspruchung jeglicher Entscheidungsmacht durch den Mann, sich bedienen lassen, sie als sexuell verfügbar zu betrachten und zu behandeln, selbst Affären haben, der Frau dies jedoch zu verbieten, Isolation der Frau durch Einsperren, Verbote zu telefonieren und das Haus zu verlassen, Verhinderung des Kontaktes der Frau zu anderen Personen, Verbot der Berufstätigkeit, Aus- und Weiterbildung ... Gerade die mit der sozialen Diskriminierung verbundene Vereinsamung der Frauen kann z. T. erklären, warum die Frauen oftmals über lange Zeiträume in der Gewaltbeziehung verharren und keine Hilfe finden.

Die verschiedenen Gewaltformen stehen nicht separat nebeneinander, sondern greifen ineinander. Meist liegen mehrere Gewaltformen vor. Häusliche Gewalt bedeutet eine komplexe bedrohliche und demütigende Gesamtsituation für die betroffenen Frauen.

Informationen aus Freital

Randale auf dem Kinderspielplatz an der Gutenbergstraße

Der eigens gestaltete und errichtete Kinderspielplatz vom Förderkreis BIOTEC e.V. an der Gutenbergstraße wurde von den Kindern und Jugendlichen mit Begeisterung angenommen. Positive Resonanzen und Freude der Eltern bestätigen auch die Errichtung der Spielstätte.

Leider gibt es auf dem einzigen in Potschappel bestehenden Tummelplatz für Spiel und Spaß immer wieder bösartige Randalen und mutwillige Zerstörungen der Anlagen in diesem Bereich. Jugendliche randalieren meines Erachtens nach, gezielt und sehr bewusst, um den Kleinen, die noch am Spielen interessiert sind und dabei Freude haben, die Lust zu nehmen.

Auch den Erbauern des Spielplatzes macht es nicht wirklich Spaß, fast wöchentlich Reparaturen durchzuführen. Die Erbauer und die Kinder hier in Potschappel bitten alle Jugendlichen gegenseitig darauf zu sehen, das wir künftig anderer Arbeit achten und den Kindern weiterhin ihre Freude am Spielen und Tollen nicht nehmen.

Norbert D.

Randale auch auf dem Bahnsteig in Potschappel

In der Nacht vom 06. zum 07.09.2008 gegen 2 Uhr waren auf dem Bahnsteig und im Bahnhofsgebäude Randalierer damit beschäftigt, die Fahrstuhlüren, die Bahnhofsuhr, die Scheiben vom Fahrplanaushang und andere Sachen zu zerstören.

Nach erfolgten Reparaturen wurden im Januar wiederum die Scheiben des Fahrplanaushangs eingeschlagen.

Alles ein Akt sinnloser Gewalt.



Vergnügliches und Nachdenkliches aus Polizeiberichten

Nach dem Aufschließen mit dem Dietrich habe ich den Ladeninhaber deswegen zusammengeschlagen, weil er mich durch ungebührliche Bemerkungen und Herbeirufen der Polizei bei meiner Arbeit störte.

Von der Baustelle am Steinbruch wurden wieder einige Absperrlampen gestohlen. Bei der Suche nach den Dieben tappt die Polizei im Dunkeln.

Wenn Marius P. morgens betrunken nach Hause kommt, so zieht er sich im Treppenhaus aus und gibt ähnliche Laute wie eine Kuckucksuhr von sich. Damit stört er die Ruhe und die richtige Uhrzeit im Haus.

Nach einer Überportion Alkohol kann es ihn nicht überraschen, wenn er am Morgen auf der Kegelbahn tot aufwacht.

Ullrich H. störte den Verkehr dadurch, dass er auf den Knien vom Park auf die Fahrbahn kroch, wo er nach dem Regen die verirrteten Regenwürmer einsammelte.

Die alarmierte Feuerwehr hat an Ort und Stelle festgestellt, dass es bei dem Feuer, dass bei einer Temperatur von 18 Grad C. verlief, zur vollkommenen Verbrennung des Schobers kam.



Rubrik: Fremde Sprache Deutsch

Seit Dezember 2007 führt LOESERnet.com GmbH in der Gutenbergstr.12 Integrationskurse „Deutsch als Zweitsprache“ durch. Die Kurse werden durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert. 945 Stunden Deutschunterricht. Ist es zuviel? Ist es zu wenig? Beurteilen Sie es selbst. Wir stellen Ihnen einige Arbeiten unserer Teilnehmer vor.

1.

Zu den Themen „In Deutschland“, „Im Deutschkurs“, „Im Urlaub“ sollten die Teilnehmer ein paar Gedanken notieren, aber bitte mit Partizipien. „Die verdammten Partizipien!!!“, das war gedacht. Entstanden ist dabei Folgendes.

In Deutschland

Gegrillte Bratwurst,
Vergossenes Bier,
hochqualitativ
hergestellte Autos,
Deutschen...
Mittendrin ich, die ver-
sucht, Deutsch
zu beherrschen.

Im Deutschkurs

Fragende Schüler,
erklärende Lehrerin,
spielende CD,
murmelnende Stimmen,
krachende Köpfe.
Hilfe!
Die Deutsche Spra-
che!

Im Urlaub

In der Sonne liegende Leute,
etwas flüsterndes Meer,
anlockende duftende Speisen...
Du, zu schnell laufende Zeit,
Bleib doch stehen!

2.

Die Aufgabe bestand darin, etwas für die Zeitung zu schreiben.

Warum nicht am Sonntag einkaufen?

Ich verstehe nicht, warum am Sonntag die Geschäfte in Deutschland nicht geöffnet sind. In Tschechien haben die Geschäfte jeden Tag bis 22 Uhr offen. Weil die Regierung an die Frauen denkt, die nach der Arbeit nach Hause kommen. Die Verkäuferinnen, die am Wochenende arbeiten gehen, bekommen 100 % Zuschlag. Sie gehen deshalb sehr gerne am Sonntag arbeiten, weil es sehr lukrativ für sie ist.

In Tschechien ist es völlig normal, am Wochenende mit der ganzen Familie und Kindern einkaufen zu gehen. Man hat dabei nicht soviel Stress wie in der Woche nach der Arbeit.

Warum ist es nicht in Deutschland so? In Deutschland

würden bestimmt viele Familien die Möglichkeit nutzen.

Ich respektiere es, dass es am Sonntag durch die Religion kein Arbeitstag ist. Meine Meinung ist jedoch, dass die Sonntagsarbeit nicht überall ein Problem der Kirche ist, sondern die Arbeitgeber wollen die große Lohnkosten sparen.

3.

„Technik im Alltag“. Die Aufgabe lautet: „Ihr seid ein Gerät. Sprecht!“

Ich bin ein Handy

Ich gehöre einem kleinen Mädchen. Wie das für mich ist? Ich erzähle es ihnen.

Mein Leben ist nicht leicht. Jeden Morgen wache ich früher auf und wecke das Mädchen.
Es will nicht aufstehen. Ich muss sehr lange klingeln. Um mich zu stoppen, drückt es so fest auf meinem Knopf, dass er im Gehäuse stecken bleibt und dann fliege ich unter das Bett. Ich fühle mich nicht so gut dabei. Wenn ich wieder in Ihrer Hand bin, kann es stundenlang telefonieren, Fotos machen, SMS schicken. Aber es vergisst so oft, mich aufzuladen. Ist doch klar, dass ich da nervös werde und mein Bildschirm flimmert und flackert. Ich ruhe mich aus, wenn es mich nicht finden kann.

Manchmal bekomme ich von ihr aber kleine Geschenke. Ein Handyanhänger oder so. Das ist dann natürlich schön.



Ratgeber

Haushalt

Ausgefranzte Schnürsenkel mit den Enden in Nagellack tauchen und trocknen lassen - wie neu!

Eine Lage Küchenpapier im Gemüsefach Ihres Kühlschranks saugt die Feuchtigkeit auf und verhindert so schnelles Schimmeln.

Zuviel Reis gekocht? Die Reste in einen Gefrierbeutel packen und in den Kühlschrank legen (kann man auch einfrieren). Zum Erwärmen einfach den Beutel fünf Minuten in kochendes Wasser geben.

Haben Sie genug von ekligen Hundeflöhen, die Ihr Liebling manchmal mit nach Hause bringt? Geben Sie ein paar Tropfen Flüssigseife in einen großen Teller mit Wasser und stellen Sie den Teller auf den Boden neben eine Lampe. Flöhe springen immer zum Licht - dabei werden sie im Teller landen.

Um einen Aufkleber oder ein Abziehbild von einem gestrichenen Möbelstück oder von einer gestrichenen Wand zu entfernen, tränken Sie die Ecken und Kanten des Aufklebers mit unverdünnten farblosen Essig. Dann nehmen Sie eine abgelaufene Kreditkarte oder eine leere Telefonkarte und kratzen den Stein des Anstoßes ab. Hartnäckige Klebstoffrückstände tränken Sie erneut mit Essig. Nachdem Sie alles entfernt haben, warten Sie 1-2 Minuten und wischen dann mit einem sauberen Tuch über die Stelle. Mit dieser Methode lassen sich auch Preisschilder und andere Aufkleber von Glas, Plastik und anderen glänzenden Oberflächen entfernen.

Es kann sehr mühsam sein, Preisschilder und andere Aufkleber von Glas und Metall oder CD-Hüllen abzukratzen, und oft bleibt danach ein zäher Klebefilm zurück, der unangenehm anfühlt und Schmutz anzieht. Diese Reste von Aufklebern können Sie entfernen, indem Sie sie mit acetonhaltigem Nagellackentferner abreiben.

ALG II Recht

Keine Pauschale bei Heizkosten

Bei der Abrechnung der Heizungskosten sei es nicht zulässig, dass der Landkreis nur eine Pauschale (angemessene Wohnfläche mal 0,80 Euro) übernehme, wenn "eine konkrete und nachvollziehbare Berechnung der Heizkosten vorliege", entschied das Gericht. Ausnahmen seien nur möglich, wenn Anhaltspunkte für ein unwirtschaftliches Energieverhalten des Arbeitslosen vorlägen.

Wohnkostenberechnung

Die fehlerhaften Berechnungen bei der Wohnkostenberechnung für Hartz IV führen seit geraumer Zeit immer häufiger zu Problemen. Es wird von den Behörden häufig versäumt, die bei der Berechnung möglichen Ermessensspielräume auszunutzen, was letztendlich in der Praxis zu Masseneinstellungen oder grundsätzlichen Rechtsfehlern führen kann. Laut dem Gesetz sind die anfallenden Kosten für die Unterkunft als auch für die Heizkosten grundsätzlich gegenüber den Hartz IV Geld Empfängern in Höhe der real entstehenden Aufwendungen zu erstatten.

Voraussetzung für die volle Erstattung

Voraussetzung für die vollständige Erstattung ist jedoch, dass die entstandenen Kosten auch angemessen sind. Das bedeutet in der Praxis: Die Behörden haben die Verpflichtung, die entstandenen Mietkosten bei nachgewiesener Angemessenheit in voller Höhe zu übernehmen. Zu den Kosten gehören auch die von dem Mieter erbrachten Aufwendungen für anfallende kalte Betriebskosten (hierzu zählen: Wasser und Abwasser, Grundsteuer und Hausversicherungen, Müllabfuhr und Straßenreinigung). Die von den Behörden zu erstattenden Beträge richten sich ausschließlich nach der realen Höhe dieser Kosten.

Keine Obergrenzen oder Höchstsätze

Die zuständigen Behörden dürfen jedoch weder eine vorgegebene Obergrenze oder irgendwelche Höchstsätze anwenden. Gerade in diesen beiden Punkten werden Bezieher von Hartz IV Geldern immer mehr zum Spielball eigenmächtiger Handlungen durch Haushaltspolitiker, die im Angesicht leerer Kassen nicht selten versuchen, mit juristischen Spitzwinkigkeiten eine nicht korrekte Berechnung herbeizuführen.

Betriebskostenabrechnung - keine Pauschale

Eigentlich sollte es jedoch jedem klar sein, dass ein normaler Mieter praktisch fast keine Möglichkeit hat, die Höhe der Betriebskosten in seinem Mietshaus zu beeinflussen. Auf die vorher beschriebene Art und Weise wird oftmals versucht, bei Hartz IV Empfängern nur eine vorgegebene Pauschale bei den Heizkosten abzurechnen.

Betriebskostenabrechnung auch für Nachzahlungen

Diese Vorgehensweise der Behörden ist jedoch nicht zulässig, die anfallenden Nebenkosten für eine Heizung müssen in der entstandenen Höhe bezahlt werden. Diese Gesetzgebung gilt auch für eventuell angefallene Betriebskostennachzahlungen aus dem Vorjahr. Auch diese Nachzahlungen müssen vollständig von den Behörden übernommen werden.

Rezepte

Schnelle Käsesuppe

Zutaten:

3 Stangen Lauch

200 g Schmelzkäse

200ml Vollmilch

Salz und Pfeffer

Den Lauch waschen und in Ringe schneiden. Einen halben Liter Wasser mit einer Messerspitze Salz aufsetzen. Die Lauchringe dazugeben und ca. 2 Minuten kochen. Die Vollmilch dazugeben und zum Schluss den Schmelzkäse. Alles verrühren und bei kleiner Hitze ein paar Minuten ziehen lassen. Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer mag, püriert die Suppe vor dem Servieren. Am besten schmeckt frisches Brot mit Butter dazu.

Nudelaufbau

Zutaten:

300 g Penne oder andere röhrenförmige Nudeln

200 ml Sahne

100 g geriebener Käse

1 TL Butter

1 TL Mehl

2 EL Schmand

2 Tomaten

Die Nudeln in gut gesalzenem Wasser bissfest kochen, d. h. eher etwas zu hart. Abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Anschließend in eine Auflaufform geben. Für die Soße die Tomaten klein schneiden und mit der Sahne verrühren. Das Mehl einrühren, salzen und pfeffern, die zwei EL Schmand dazu geben, alles gut vermischen und über die Nudeln gießen. Kleine Butterflöckchen auf dem Nudelgemisch verteilen, den geriebenen Käse darüber geben und das ganze in den vorgeheizten Backofen bei 200 C° ungefähr 15 Minuten bruzeln lassen. Tipp: Wenn sie Gemüse oder Fleischreste haben, schneiden Sie diese klein und geben Sie diese der Soße bei. Man kann auch Schinkenwürfel darunter mischen.

Nostalgie

Und hier noch ein Rezept für die Nachspeise aus einem Kalender des Jahres 1939.

Apfelsinen - Quark - Speise

Zutaten:

500 g Quark

1/8 l Milch

2 Apfelsinen

3 EL Zucker

2 EL geriebene Haselnüsse

1 Eigelb

Den Quark mit der Milch sahnig rühren, Saft und abgeriebene Schale einer Apfelsine, 3 EL Zucker, 2 EL geriebene Haselnüsse und nach Belieben ein Eigelb hinzugeben. Alles gut mischen und in einer Glasschale mit Apfelsinenscheiben verziert anrichten.

Viel Spaß beim Nachkochen!

Wir wünschen guten Appetit.



Ratgeber - Ernährung

Gesund ernähren - aber wie ...

Allein in Deutschland sind etwa zwei Drittel aller Männer und die Hälfte der Frauen übergewichtig. Schuld daran sind neben zu wenig Bewegung und Sport auch falsche Essgewohnheiten und zu viel ungesunde Kost. Die Folge: Krankheiten wie Herz-Kreislaufbeschwerden oder Stoffwechselstörungen nehmen immer stärker zu.

Was kann man tun, dass sich da etwas zum Positiven ändert?

Wir müssen die Essgewohnheiten ändern!

Die meisten haben abends vor dem Fernseher einfach noch Appetit auf etwas leckeres... ! Und was ist das? Ich denke da an einen frischen Knacker, natürlich darf da ein Bier nicht fehlen und die Cracker und Schokoriegel liegen auch griffbereit da. Um den Geldbeutel nicht zu belasten haben wir ja eine gute Alternative. Jeden Dienstag haben wir bei uns die "Dresdner Tafel" im Haus und einige sind dort regelmäßig Kunde.

Wie können die Lebensmittel der Tafel, welche unseren Geldbeutel wenig belasten, helfen, uns gesünder zu ernähren?

Nehmen wir mal das Gemüseangebot, Obst und Salate sind immer dabei. Da kann man mit wenig Aufwand einen schmackhaften Obstsalat herstellen, damit es satt macht, nimmt man dazu noch etwas Magerquark und schon ist der kleine Hunger weg.

Für "Männer" ist das natürlich nichts, aber wie wäre es denn mal mit grüner Gurke, Tomaten, Möhren usw. ? Die in eine deftige Knoblauchcreme (Naturjoghurt) gedippt, ist echt eine gute Alternative. Man muss sich nur einmal überwinden. Ich versichere allen, die es probieren wollen: es schmeckt wirklich, macht satt und ist unheimlich gesund!

Wer hat Vorschläge zur gesunden Ernährung? Wer kann von seinen Erfahrungen einer gesunden Ernährung berichten?

Jeder von uns veröffentlichte Artikel zu diesem Thema wird mit einem Salatteller aus unserer Küche belohnt.

H. Höckner

Gute Laune durch richtige Ernährung

Welche Nahrungsmittel welche Wirkung erzielen

In unserer Nahrung stecken eine ganze Reihe von Substanzen, die eine Auswirkung auf unsere Stimmung haben: sie können anregen, beruhigen, die Glückshormonproduktion ankurbeln oder die Konzentration fördern. auch im Immunsystem. Ein Mangel führt zu schlechter Laune, was wiederum das Immunsystem negativ beeinflussen kann. Hier einige Stimmungsmacher die für gute Laune zuständig sind und unser Immunsystem stärken:

Bananen (Stresskiller)

Sie enthalten reichlich Mineralstoffe und sind deshalb echte Stresskiller. Die Banane sättigt, vertreibt Müdigkeit, fördert gute Laune, ist leicht verdaulich und entspannt nach körperlichen Strapazen Muskeln und Nerven. Der hohe Trauben- und Fruchtzuckergehalt fördert die Konzentration durch schnelles Bereitstellen von Energie. Der hohe Gehalt an Kalzium und Magnesium ist gut für die Nerven und wichtig für den Flüssigkeitshaushalt. Die Bananen gehören zu den Nahrungsmitteln, die nicht nur gesund sind, sondern auch gut schmecken und gute Laune machen!



Erdäpfel (Sattmacher)

Sie enthalten neben wertvollem Eiweiß vor allem Stärke. Sie gehören zu den langkettigen Kohlenhydraten, die nur langsam im Körper abgebaut werden und deshalb lange sättigen. Sie bergen reichlich Vitamine der B-Gruppe, Kalium und Magnesium, die die Serotoninproduktion ankurbeln und Power bringen.

Avocado (Nervennahrung)

Sie ist sehr üppig mit Vitaminen und Mineralien ausgestattet. Verantwortlich sind vor allem die Vitamine der B-Gruppe und das Lecithin, das den Nervenzellstoffwechsel fördert und für psychische Ausgeglichenheit wichtig ist. Die Avocado enthält die speziell für Schwangere wichtige Folsäure. Magnesium und Lecithin leisten einen erheblichen Beitrag zur Nerven- und Muskelentspannung; beide Substanzen unterstützen positiv die Konzentrationsfähigkeit und erhöhen die Denkleistung.

Schokolade (Stimmungsmacher)

Der Zucker hebt den Serotoninspiegel im Gehirn, Wohlbefinden stellt sich ein. Durch die Produktion von Magnesium wird die Stimmungslage zusätzlich verbessert. Das Fett setzt Endorphine frei, die den Gehirnzellen die Information von Energie vermitteln. In kleinen Mengen schlägt Schokolade kaum zu Buche.



Amüsantes

Adam unterhält sich mit dem lieben Gott und fragt: „Warum hast du Eva so schön gemacht?“ Der liebe Gott antwortet: „Damit sie dir gefällt.“ - „Und warum hast du ihr ein angenehmes Wesen gegeben?“ - „Damit du sie liebst.“ Adam überlegt: „Ja, aber warum hast du sie dann so dumm gemacht?“ - „Damit sie dich liebt!“

Ein Mann kauft in einer Zoohandlung zehn Ratten. Der Verkäufer fragt verwundert: „Wieso kaufen Sie so viele Ratten?“ - „Ich ziehe um und muss meine Wohnung so hinterlassen, wie ich sie übernommen habe.“

Nach einem Streit spricht das Ehepaar tagelang nicht miteinander. Abends findet sie einen Zettel in der Küche: „Morgen 7.00 Uhr wecken.“ Am nächsten Tag wird er um 10.00 Uhr wach und findet einen Zettel: „7.00 Uhr - aufstehen!“

Der Erbkönig

Wer reitet so spät durch Nacht und Wind?
Es ist der Vater mit seinem Kind.
Sie woll'n, so habe ich vernommen,
ins 'Guinness-Buch der Rekorde' kommen.

Die beiden, sie reiten schon fast seit drei Tagen,
dem Kinde, dem knurrt schon seit gestern der Magen.
Zum letzten Mal haben sie vorgestern Nacht
zum Pinkeln und Essen 'ne Pause gemacht.

'Mein Sohn, was birgst Du so bang Dein Gesicht?'
'Siehst, Vater, Du den Erbkönig nicht?

von Mercedes, mit Stern und Schweif?'
'Mein Sohn, das ist 'ne Motorradstreif'!

'Mein Vater, mein Vater, und siehst Du nicht dort,
der Opa am Krückstock kommt nicht so schnell fort!'
'Mein Sohn, mein Sohn, was redest Du da!
Das gibt doch 'ne Prämie von der LVA!'

'Mein Vater, mein Vater, da kommt was von rechts!
Du baust noch 'nen Unfall im Eifer des Gefechts!'
'Mein Sohn, mein Sohn, ich seh es genau,
der Fahrer, der bremst schon, ist sicher 'ne Frau!'

'Mein Vater, mein Vater, und siehst Du nicht dort
die Radarfalle am grünweißen Ford?'
'Mein Sohn, mein Sohn, ich seh es genau!
Tatsächlich, die Bullen, ich komm noch in'n Baul'

'Mein Vater, mein Vater, da ist was passiert!
Die Polizei hat die Straße blockiert!'
'Mein Sohn, mein Sohn, da lach ich doch drüber!
Da springen wir zwei mit dem Pferd einfach rüber!'

Und er reitet und reitet und reitet und reitet.
Das Kind schon fast aus den Armen ihm gleitet.
Er erreicht den Hof, hat grade geparkt,
da kriegt doch das Pferd einen Herzinfarkt!

Nehmen Sie Ihrem Kind den Playboy fort und geben Sie ihm den Pot-Report



Kiddylinchen

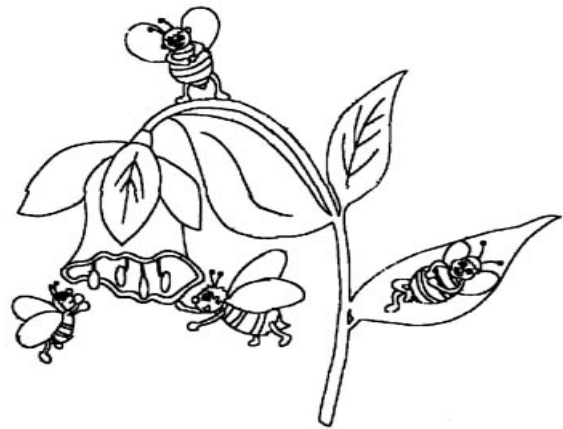
Schöner Frühling

Schöner Frühling, komm doch wieder,
lieber Frühling komm' doch bald,
bring' uns Blumen, Laub und Lieder,
schmücke wieder Feld und Wald.

Auf die Berge möcht' ich fliegen,
möchte seh'n ein grünes Tal,
möcht' in Gras und Blumen liegen
und mich freu'n am Sonnenstrahl.

Möchte hören die Schalmeyen
und der Herden Glockenklang,
möchte freuen mich im Freien,
an der Vögel süßem Sang.

August Heinrich von Fallersleben, 1798-1874



Sonne im Frühling

Die Sonne sagt zum Frühlingswind:
erhebe dich, steh auf geschwind,
und stell dich auf die Beine!

Der Wind reibt sich die Augen aus
und säuselt mild: Zieh du heraus.
Scheine, Sonne, scheine!

Da steigt die Sonne uns aufs Dach.
Der Lenzwind küßt die Veilchen wach,
die fangen an zu blühn.

Die Lerche singt, der Kuckuck schreit.
Herbei, herbei, du Maienzeit,
jetzt prangt die Welt in Grün.

Volksgut



Früher Frühling

Zwischen Februar und März
Liegt die große Zeitenwende,
und, man spürt es allerwärts,
mit dem Winter geht's zu Ende.
Schon beim ersten Sonnenschimmer
Steigt der Lenz ins Wartezimmer.
Keiner weiß, wie es geschah,
und auf einmal ist der da.
Manche Knospe wird verschneit
Zwar im frühen Lenz auf Erden.
Alles dauert seine Zeit,
nur Geduld, es wird schon werden.
Folgt auch noch ein rauher Schauer,
lacht der Himmel um so blauer.
Leichter schlägt das Menschenherz
Zwischen Februar und März.

Fred Endrikat



Tauschen – Verkaufen - Verschenken

Verkaufe

billig Kindersachen (Schneeanzug, Pullover, Strumpfhosen usw.) Größe 80 - 86

Zu erfragen: Tel.: 0351-323 45 11 oder bei der POT-Report-Redaktion beim Förderkreis BIOTEC e.V. in der Gutenbergstrasse 12

Tausche

Diverses Kleinkinderspielzeug gegen Kaffee oder Süßigkeiten. Tel.: 0351-3234511 nach 17 Uhr

Verkaufe

Kinderhochstuhl

Zu erfragen: Tel.: 0351-323 45 11 oder bei der POT-Report-Redaktion beim Förderkreis BIOTEC e.V. in der Gutenbergstrasse 12

Tausche

Jacke Größe S gegen 2 Päckchen Kaffee

Zu erfragen: bei der POT-Report-Redaktion beim Förderkreis BIOTEC e.V. in der Gutenbergstrasse 12

Biete

Kinderfahrrad 12 Zoll für 25,- Euro zu verkaufen. Zu erfragen bei BIOTEC e.V. im Computerraum

Suche

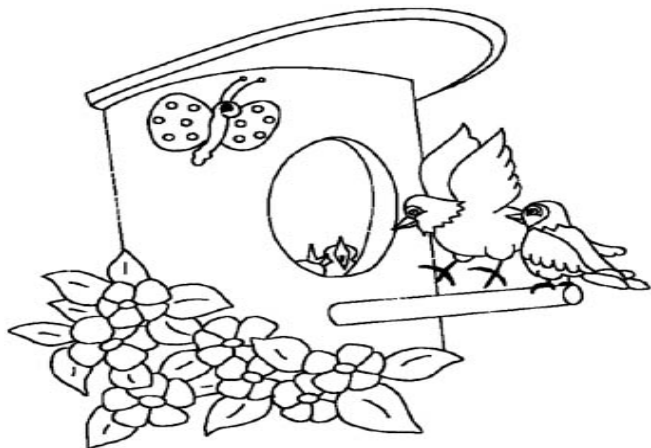
Badspiegelschrank gut erhalten. Bitte Tauschobjekt oder Preis angeben. Tel.: 0351-3234511 nach 17 Uhr.

Suche

Video- oder DVD-Player

Bitte Tauschobjekt oder Preis angeben.

Tel.: 0351-3234511 nach 17 Uhr



Lesermeinungen

Die zweite Ausgabe war noch besser. Macht weiter so.
H.M.

Veranstaltung in Freital

Am 6. und 7. März findet im "Potschappeler
Bahnhof" ein großer Tanzabend statt mit
der "Power Discothek Dresden"!

Es sind Alle ganz herzlich dazu eingela-
den.

Beginn: 21 Uhr

Nachbestellung des POT-Report

Sollte die Ausgabe vergriffen sein können Sie sich unter folgender Telefonnummer 0351- 64636931 Exemplare nachbestellen. Des Weiteren ist es möglich unsere Zeitung unter folgender Adresse selbst abzuholen:

Förderkreis BIOTEC e.V.

Gutenbergstraße 12

01705 Freital

(in der Nähe des Potschapper Bahnhofs)



Bürgerservice

Beim **Förderkreis BIOTEC e.V.** erhalten Sie unbürokratische Beratungshilfen für alle Lebenslagen (keine Rechtsberatung). Dort, wo wir nicht weiterhelfen können, vermitteln wir gern die kompetenten Partner und Kontakte.

Verantwortlich : **CaseManagement - Hr. Kühn**

fon: 0351-646 369 31

fax: 0351-646 369 35

mail: kuehn@foerderkreis-biotec.de

Förderkreis BIOTEC e.V.

Gutenbergstr. 12

01705 **Freital**

fon: 0351-646 369 32

fax: 0351-646 369 35

mail: Schwarz@foerderkreis-biotec.de

Im **Rathaus Potschappel** befindet sich das Einwohnermeldeamt. Alle Passangelegenheiten werden hier erledigt.

Stadtverwaltung Freital / Rathaus Potschappel

Dresdner Str. 56, 01705 **Freital**

Im **Rathaus Deuben** werden alle Wohngeldanträge entgegengenommen. Bei Wohnungslosigkeit kann hier ein Platz im Obdachlosenwohnheim beantragt werden.

Rathaus Deuben - Dresdner Str. 212, 01705 Freital

Fon: 0351-647 60

fax: 0351-647 648 21

web: www.freital.de

Öffnungszeiten für beide Rathäuser:

Montag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr
Dienstag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr und 14.00 Uhr – 18.00 Uhr
Mittwoch	geschlossen
Donnerstag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr und 14.00 Uhr – 18.00 Uhr
Freitag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr

Das **Bürgerbüro Pesterwitz** ist für alle Bürgerangelegenheiten zuständig.

Bürgerbüro Pesterwitz

Dorfplatz 1, 01705 **Freital / OT Oberpesterwitz**

fon: 0351-658 100 / **fax:** 0351-658 1040

Öffnungszeiten:

Dienstag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr und 14.00 Uhr – 18.00 Uhr
-----------------	--

Bei der ARGE werden alle Angelegenheiten rund um das ALG II geregelt. ALG II können alle arbeitsfähigen Bürger beantragen, die mindestens 3Std. am Tag arbeiten können oder ein zu geringes Einkommen besitzen. Hier sitzt auch die Leistungsabteilung der **Agentur für Arbeit**

ARGE Sächsische Schweiz-Osterzgebirge

J.-G.-Palitzsch-Hof , 01705 **Freital**

Fon: 0351-646 45 0 (Service-Center)

fax: 0351-646 45 350

Öffnungszeiten:

Montag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr
Dienstag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr und 13.00 Uhr – 18.00 Uhr
Mittwoch	nach Terminvereinbarung
Donnerstag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr und 13.00 Uhr – 16.00 Uhr
Freitag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr

Im Jobcenter der Agentur für Arbeit befindet sich die Arbeitsvermittlung. Außerdem befindet sich hier der **Stelleninformationsservice** mit mehreren Rechnern und Internetanschluß, wo man nach aktuellen Jobangeboten suchen kann.

Jobcenter der Agentur für Arbeit Pirna

Coschützer Str. 8, 01705 **Freital**

Tel: 01801-555111 (Arbeitnehmer) *

Tel: 01801-664466 (Arbeitgeber) *

* Festnetzpreis 3,9 ct/min; Mobilfunkpreise abweichend

Fax: 0351 / 64100444

Öffnungszeiten:

Montag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr
Dienstag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr und 13.00 Uhr – 18.00 Uhr
Mittwoch	08.00 Uhr – 12.00 Uhr
Donnerstag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr und 13.00 Uhr – 16.00 Uhr
Freitag	08.00 Uhr – 12.00 Uhr

Für alle Angelegenheiten der Sozialhilfe und Versorgungsleistungen (Behindertenausweise) ist das Landratsamt zuständig.

Landratsamt Sächsische Schweiz-Osterzgebirge

Hüttenstr. 14, 01705 **Freital**

fon: 0351-648 50 / **fax:** 0351-648 54 09

Landratsamt Sächsische Schweiz-Osterzgebirge

Weißeritzstr. 07, 01744 **Dippoldiswalde**

fon: 03504-620 0 / **fax:** 03504-620 11 06

Impressum

Projektträger:

Förderkreis BIOTEC e.V.
Gutenbergstr. 12
01705 FREITAL

Fon: 0351.646 369 33
Fax: 0351.646 369 35
Mail: schwarz@foerderkreis-biotec.de

**Redaktionskollegium: (Stand: 02.10.2008)**

Kerstin Holmann

Susann Sonka

Sylvia Ziegerrahn

Kathrin Sieber

Andreas Kühn

Walentina Reschetnikow

Roman Schwarz

Ida Herb

Maria Schaulin

Natalia Kraus

Anke Stöcker

Swetlana Zapowa

Norbert Dittrich

Hannelore Höckner

Christine Sallwey

Aufruf der Redaktion:

Wir suchen immer wieder ehrenamtliche Mitbürger, die sich mit Ihren Ideen und Ihrem Können an der Gestaltung der Zeitung beteiligen möchten. Einfach mal bei uns vorbeischaun. Wir sind montags bis donnerstags von 9.00 Uhr bis 15.30 Uhr in dem Haus
← links erreichbar!

Projekt:**POT-Report – Wir „STIFT“en Zukunft**

Gefördert mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Freistaates Sachsen



Für den Projektträger



Förderkreis
BIOTEC
Gutenbergstraße 12 01705 Freital e.V.

fon 0351 - 646 369 32 fax 0351 - 646 639 35
mobile 0152 - 22 89 35 34
email schwarz@foerderkreis-biotec.de

ProjektEntwicklung

AufbauOrganisation

SozialraumManagment