

POT-Report

Wir „STIFT“en Zukunft



Ein ESF-gefördertes Monatsmagazin

4. Ausgabe

POTSchappel lebt !

07. April 2009

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

Inhaltsverzeichnis

Titelseite und Seite 2
Neues aus dem Sozialhaus

Seite 3
Menschen unter uns

Seite 4 bis 6
Gefahr Quecksilber

Seite 7
Meinungen

Seite 8 und 9
INFO

Seite 10, 11 und 12
Wenn Kinder streiten

Seite 13
Berichtigung

Seite 14
INFO

Seite 15
Iss Dich fit

Seite 16, 17 und 18
Ratgeber

Seite 19
Amüsantes

Seite 20
Marktplatz

Seite 21
Bürgerservice

Seite 22
Impressum



Endlich ist es wieder soweit.

Am 17.05.2009 findet zum vierten Male die beliebte Traditionsveranstaltung „BUNTES FREITAL 2009“ statt. Diesmal in der Halle des Förderkreises BIOTEC in der Gutenbergstraße 12. Und sie steht auch in diesem Jahr wieder unter der Schirmherrschaft unseres Bürgermeisters, Herrn Mättig.

„Das „BUNTE FREITAL 2009“ ist eine gemeinsame Initiative der Mitglieder des Freitaler Netzwerkes „Migration“. Der Förderkreis BIOTEC e.V. wurde durch die Netzwerkakteure dafür als Hauptorganisator eingesetzt. Natürlich wurde dazu das Einverständnis des Förderkreises durch seine Vorstandsvorsitzende, Valentina Reschetnikow, erklärt.

Der Erfolg der Veranstaltung in den letzten Jahren war der entscheidende Anlass, diese Tradition weiterzuführen. Alle Helferinnen und Helfer und die unmittelbar Mitwirkenden werden auch in diesem Jahr alles unternehmen, damit die Veranstaltung die Herzen und Seelen der Besucherinnen und Besucher erreicht.

Es besteht für alle Besucherinnen und Besucher unter anderem die Möglichkeit, sich über die tagtägliche Arbeit der teilnehmenden Vereine und Institutionen umfassend zu informieren. Die Kinder können sich auf dem in unmittelbarer Nähe gelegenen Spielplatz austoben und so manche Überraschung erleben.....weiter auf der nächsten Seite



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

SozialraumManagement

Europa fördert Sachsen.



Aktuelles aus dem SOZIALHAUS in der Gutenbergstrasse

Selbstverständlich ist über unterschiedlichste Angebote auch an das leibliche Wohl gedacht.

Das bunte **Bühnenprogramm** findet **in der Zeit von ca. 13.30 Uhr – ca. 16.30 Uhr** statt. Mit viel Herz und Liebe präsentieren die kleinen und große, jungen und etwas älteren Künstlerinnen und Künstler ihre einstudierten Programmpunkte und hoffen auf Ihren Beifall und Ihre Anerkennung.

Das Freitaler Tanzstudio, das Regenbogen-Familienzentrum, die Spielbühne Freital, der Verein „Das Zusammenleben“ und viele andere sind am Start, stellen Ihnen die vielen Facetten des sozialen und kulturellen Lebens unserer Stadt vor und werden diese Veranstaltung ganz sicher zu einem schönen und nachhaltigen Erlebnis für alle gestalten.

Natürlich hoffen wir auf gutes Frühlingswetter, aber auch auf zahlreiche Besucherinnen und Besucher. Das „BUNTE FREITAL 2009“ ist eine **gemeinsame Veranstaltung für unser gemeinsames Ziel**: Das friedliche und kulturelle Zusammenleben zwischen Migrantinnen und Migranten **und** einheimischen Mitbürgerinnen und Mitbürger.

I.A. des Organisations-Teams, W. Reschetnikow

Förderkreis BIOTEC e.V. macht mit bei „48er Aktion“

Der Förderkreis BIOTEC e.V. wurde 2003 gegründet und betreut seitdem vorrangig Mitbürgerinnen und Mitbürger aus sozial schwächeren Verhältnissen im Einzugsgebiet Freital-Potschappel und des näheren Umlandes. Gleichzeitig ist der Förderkreis im besonderen Maße auch im Projektmanagement aktiv (u.a. LOS Freital/Sachsen, Integrationsprojekte). Mit zahlreichen, erfolgreich umgesetzten Projekten (wie Musical „Les Misérables, Buntes Freital 2007, Time out – mein Ausstieg aus der Clique“ u.a.), aber auch durch die engagierte Mitwirkung in netzwerkorientierten Projekten wie „Sozialer Weihnachtsmarkt – Potschappeler Advent“ (Träger: KJV Freital) oder im Rahmen der „48er Aktion“ (Träger ProJugend e.V.) hat sich der Verein hohe Achtung und Respekt unter den Mitbürgern und den regionalen Vereinen und Institutionen unter den Mitbürgern und den regionalen Vereinen und Institutionen erworben.

Der Verein ist aktives und engagiertes Mitglied in den regionalen Netzwerken „Freital Net/z“ und „Migration“ und pflegt darüber hinaus vielfältige bilaterale Kooperationsbeziehungen zu anderen Vereinen und Institutionen. Besonders hervorzuheben ist die überaus konstruktive Zusammenarbeit mit der ARGE Sächsische Schweiz-Osterzgebirge und mit der Stadtverwaltung Freital.

Darüber hinaus steht der Verein in engstem Kontakt mit den Sozialen Diensten der Amtsgerichte und der Jugendgerichtshilfe und unterstützt aktiv und hochangagiert den Wiedereingliederungsprozess ehemals straffällig gewordener MitbürgerInnen, u.a. durch die gebotene Möglichkeit der Ableistung gemeinnütziger Arbeit. Seit 2004 wurden mehr als 24.000 Stunden gemeinnütziger Arbeit in der Kriminalitätsnachsorge realisiert. 2007 wurde der Verein zum „Verein des Jahres durch die Ostsächsische Sparkasse Dresden nominiert.

In diesem Jahr nimmt der Förderkreis BIOTEC e.V. als Vertreter des Stadtteils Freital-Potschappel wieder gern und engagiert an der Initiative des Pro Jugend e.V. „48er Aktion“ vom 16.05.2009 bis 17.05.2009 teil. In diesem Zusammenhang werden die Mitglieder und Freunde des Vereins den Kinderspielfeld an der Marktstrasse säubern, instandsetzen, reparieren und mit einigen neuen Details ausstatten. In einer zweiten Initiative übernimmt der Verein, wie auch schon im Vorjahr, die liebevolle Versorgung der Mitwirkenden anlässlich der Abschlussveranstaltung am 17.05.2009 in Dippoldiswalde.



Menschen unter uns

Bericht eines kanadischen Spätaussiedlers

Meine Lebenspartnerin ist auch Russischsprechend aber nicht Russlanddeutsch. Sie hat einen Deutschsprachkurs besucht. An der VHS dort waren insgesamt 19 Personen aus Russland oder derer Förderation

alles Russlanddeutsche na ja jedenfalls mit einem Deutschen Pass. Sie haben den Deutschkurs für umsonst kostenlos. Wir haben 9,- Euro pro Stunde gezahlt. Ist bzw. war auch in Ordnung. In diesem Deutschsprachkurs waren zum Teil Leute die denselben Kurs schon zum dritten Mal belegt haben und immer noch keine Deutsch können!!!! (hoppla Deutscher Pass und kann nicht Deutsch??) Alle 18 Personen (meine Lebenspartnerin ausgenommen) lebten von Hartz4. Ich war bei der Abschlussprüfung selbst dabei von 19 Personen haben nur 3 das Deutschzertifikat bekommen, obwohl die meisten den Kurs schon das dritte Mal belegt hatten. Ein Mädchen 22 Jahre alt konnte und kann nicht mal selbst zum Arzt gehen weil sie nicht Deutsch kann. Sie hat auch nach

der Abschlussprüfung immer noch keine Deutsch gelernt. WEIL DIE ES ALLE NICHT WOLLTEN!!! Warum auch wenn du Deutsch kannst musst du arbeiten gehen. Sie haben Russisches Fernsehen, Russische Läden, es gibt

doch auch Russische Spezialitäten in Deutschland warum sollen sie Deutsch lernen?? nur um zu arbeiten?? Übrigens die drei die das Deutsch Zertifikat bekommen haben waren zwei Rentner und meine Freundin. Die meisten anderen haben Autos in Deutschland gekauft und in GUS oder im Russischsprachigen Raum wieder gewinnbringend verkauft. Viele Russlanddeutschen haben noch Eigentumshäuser und Wohnungen in ihrer ehemaligen Heimat und vermieten diese dort es gibt nicht viel Geld meist 2-300 US Dollar im Monat. Aber hier und da etwas exportieren hier und da etwas Geld nebenbei ist ein lockeres Leben auf Kosten der Allgemeinheit. Wenn man die darauf angesprochen das das aber gar nicht Sozial sei und den anderen gegenüber nicht richtig wurde einem entgegengebracht das sie schliesslich 70-80 Jahre dafür bezahlt haben in Russland eingesperrt gewesen zu sein und für uns büssen mussten. Kriegsschuld ?? Zum Schluss noch auf einer Busreise in die Ukraine hatten wir einen Jüdischen Russlandsdeutschen oder war er Kontingentflüchtling getroffen, er sagte Deutschland ist nur gut für alte Leute die in Rente sind oder junge die noch zur Schule gehen. Wie er das gemeint hat?

Habe aber auch einen anderen Kontingentflüchtling kennen gelernt auch Jude aus der Ukraine, hatte ihm gegenüber zuerst Vorurteile, heute meine Hochachtung, ein sehr ehrlicher und aufrichtiger Mensch der nicht von Deutscher Staatlicher Hilfe gelebt hat er ist gleich arbeiten gegangen seine Frau auch, hat von wenig Geld gelebt und trotzdem alle seine Angelegenheiten bezahlt. Seine beiden Kinder haben in der Schule fleißig gelernt. Es hängt also nicht von der Nationalität ab sondern wie einfach es der Staat Schmarotzern macht und damit ist der Deutsche Staat gemeint. Der Mensch ist von Natur aus bequem und wird faul wenn er nicht, warum keine Leistung empfangen wenn sie angeboten wird? Die Menschen aus Russland sind es gewohnt in kleinen Ein- bis Zwei Zimmerwohnungen zu vier zu leben die in der

Chrustschow-Ara erbaut wurden. Man kann auch sagen sie sind genügsamer und weniger verschwenderisch. Zum Abschluss: das hier sind keine Stammtischparolen oder Geschichten dieser Erfahrungsbericht kann lückenlos bewiesen und belegt werden!!! Nun sind wir in Canada, hier ist meine Freundin auch in einem Sprachkurs, auch hier hat es Flüchtlinge die vom Staat leben die bekommen aber nur 615 CAN Dollar und müssen davon Miete Essen und Kleidung zahlen. (Miete rund 550-600 Essen kostet rund 600 Kleidung wie man sie braucht) also sind die Leute gezwungen nach oder vor dem Sprachkurs eine Tätigkeit anzunehmen. Die Flüchtlinge die hier nach Canada kommen haben ein ganzes Jahr Zeit in einem kostenlosen Sprachkurs Englisch zu lernen, sind die Sprachschüler drei mal unentschuldigt ohne driffigen und ec1-fen Grund ferngeblieben gibt es am nächsten Monat kein Geld Macht der Sprachschuldner keine Fortschritte gibt es kein Geld (es werden jede zwei Wochen Tests geschrieben) Gibt der Flüchtling oder Einwanderer hier in Canada falsche Angaben bei der Einwanderung an und verheimlicht er Einkommen oder macht "schwarze" Geschäfte fliegt er mitsamt seiner Familie wieder in das Heimatland zurück !!!! Und das auch noch nach 11 Jahren !! so mit einem Inder passiert falsche Angaben zu seiner Herkunft und ehemaliger Mitgliedschaft bei den Roten Khmer er flog nach 11 Jahren Canada trotz Canadischen Passes wieder nach Sri-Lanka zurück. Mit Familie obwohl zwei Kinder in Canada geboren wurden !!! Das sind keine Parolen oder vom Hörensagen das habe ich selbst erlebt und kann es beweisen!!!



Anmerkung der Redaktion:

Dieser Text wurde mit originalem Wortlaut eines anonymen Spätaussiedlers übernommen. Das Foto beinhaltet keine Personen die in diesem Text vorkommen.

Meine ganz persönliche Geschichte

Kind spielt mit Quecksilber – vergiftet

Domokos Szabó

Chemikalie stammte aus einem Abrisshaus. Vater erhebt Vorwürfe gegen die Behörden. Jetzt wird ermittelt. Auch gegen ihn. Vater Carsten K. bangt um seine Söhne Fabian (I.) und Dominic. Die ganze Familie trug eine Vergiftung davon.

Dominic geht es schlecht. Der 13-Jährige liegt in der Kinderklinik Zscheckwitz und wird künstlich ernährt. Quecksilbervergiftung. Das Schwermetall greift unter anderem die Nerven und Nieren an. Auch sein Vater Carsten K. und die Brüder Fabian (12) und Tom (15) sind vergiftet.

Und Carsten K. macht schwere Vorwürfe – der Polizei, den Ärzten und dem Gesundheitsamt. Alle hätten zu spät reagiert und damit das Unglück befördert. „Wenn man das Quecksilber rechtzeitig entfernt hätte, gäbe es heute keinen Schaden“, sagt er. Rückblende: Am 4. November vergangenen Jahres machen Dominic und zwei weitere Jungs aus der Lessingschule auf dem Nachhauseweg einen Abstecher in ein Abrisshaus neben der Porzelline. Dort finden sie zwei Flaschen mit einem dickflüssigen Stoff, die sie mitnehmen. Schon am nächsten Tag klingelt bei Carsten K. das Telefon. Es ist die Polizei. Die Beamten sind von der Schule alarmiert worden, dort ist man auf einen der Jungs aufmerksam geworden, weil er einen Tropfen des Gifts mithatte. Ob auch Dominic etwas davon hätte?

Der Vater bringt die Flasche zur Polizei und gibt sie dort ab. Was offenbar niemandem auffällt: Zu diesem Zeitpunkt fehlt mehr als ein halbes Kilo Quecksilber.

Bis Februar nichts gewusst?

Dominic hat die Flüssigkeit in ein anderes Behältnis umgefüllt, weiß sein Vater heute, und einen Teil verschüttet. Um nicht aufzufliegen, schieben die Brüder die kleinen Kügelchen unter die Schränke. Der Vater reinigt und lüftet zwar die Wohnung, doch unbemerkt bleibt eine ganze Menge Gift liegen.

Selbst als Dominic Mitte Dezember über Müdigkeit und Gliederschmerzen klagt, ahnt Carsten K. nicht, dass es mit dem Quecksilber zusammenhängt. Erst als der Junge mittlerweile am Krankenhaus untersucht wird, dämmert es dem Vater, was die Ursache sein könnte. Nun können die Ärzte gezielt untersuchen und stellen dem Vater zufolge Ende Januar (!) die richtige Diagnose. Die Familie kommt in Behandlung, und das Gesundheitsamt lässt die Wohnung sperren.

Den Vorwurf der Schlamperei weist Polizeisprecher Wolfgang Kießling zurück. Bis zum 16. Februar habe die Polizei nicht gewusst, dass in der Wohnung „eine unbekannte Menge“ der Flüssigkeit ausgelaufen war – auch wenn Carsten K. gegenüber der SZ angibt, dies im November gesagt zu haben.

Nun ermittelt die Kripo wegen Körperverletzung und unerlaubten Umgangs mit gefährlichen Abfällen. Auch der Verdacht der unterlassenen Hilfeleistung und des Diebstahls werde geprüft. Damit könnte die Quecksilbervergiftung für die Familie und den Grundstückseigentümer ein juristisches Nachspiel haben. Gegen die Polizisten indes werde nicht ermittelt.

Samstag, 14. März 2009
(online-Redaktion)



Vater Carsten K. bangt um seine Söhne Fabian (I.) und Dominic. Die ganze Familie trug eine Vergiftung davon.

Quelle: SZ vom 14.03.2009, Foto: Oliver Killig

Fortsetzung...

Akute Vergiftung

Die ersten Symptome einer akuten Vergiftung sind

- Kopfschmerzen
- Übelkeit
- Schwindel
- trockener Mund-Rachenraum

Es sollte sofort ein Arzt aufgesucht oder eine Giftnotrufstelle kontaktiert werden, da die Schäden meist irreparabel sind, wenn nicht sofort Gegenmaßnahmen ergriffen werden. Als tödlich wird eine Menge von 150–300 mg angesehen. Langzeitschäden sind oft Nieren- und Leberschäden.

Bei einem zerbrochenen Quecksilberthermometer dürften die Menge der austretenden Dämpfe zu gering sein, um akute oder chronische Vergiftungserscheinungen zu verursachen.

Chronische Vergiftung

Wesentlich häufiger sind chronische Vergiftungen durch geringe Dosen Quecksilber, das über die Nahrung aufgenommen wird (*Minamata-Krankheit*). Wird Quecksilber in einem geschlossenen Raum verschüttet, so kann es versickern und noch lange giftige Dämpfe bilden. Das in der Zahnmedizin verwendete Amalgam wird als weitere Ursache chronischer Quecksilbervergiftungen kontrovers diskutiert: Einige Wissenschaftler weisen auf seine Anfälligkeit gegenüber Verarbeitungsfehlern hin, andere stufen es als unbedenklich ein.

Im 18. Jahrhundert traten chronische Vergiftungen bei einigen Berufsgruppen auf, die häufigen Umgang mit Quecksilber- und Quecksilbersalzen hatten (→ „Hutmachersyndrom“). Zu dieser Zeit wurden noch viele und oft angewendete Quecksilberhaltige Arzneimittel hergestellt; heute gibt es nur noch wenige solche Mittel und meist ausschließlich zur äußeren Anwendung (Beispiel: Thiomersal).

Ursachen für die chronische Vergiftung

- Aufnahme von Hg am Arbeitsplatz
- Aufnahme von Hg über die Nahrung
- Aufnahme von Hg über Zahnmetall
- Aufnahme von Hg durch Unfälle (alte Fieberthermometer mit Hg)
- Aufnahme von Hg durch zerbrochene Leuchtstofflampen (Hg-Dampf, 1-5 mg)

Fundstellen von Quecksilber im menschlichen Körper

- Gebiss (Zähne, Wurzeln, Kieferknochen)
- Rückenmark
- Gehirn
- Organe
- Nervenbahnen
- Blut
- Urin und Stuhl
- Muttermilch

Bei Schwangeren geht das Gift direkt auf den Fötus über: In Minamata kamen viele Säuglinge mit Behinderungen auf die Welt, nachdem ihre Mütter mit Methylquecksilber belasteten Fisch verzehrt hatten.

Therapie der Quecksilbervergiftung

Eine Vergiftung mit Quecksilber wird therapiert, indem das inkorporierte Quecksilber möglichst rasch und vollständig aus dem Körper entfernt wird. Dieser Vorgang wird auch „*Quecksilber-Ausleitung*“ genannt. Zum Einsatz kommen sogenannte Komplexbildner, Substanzen, die einen Metallkomplex mit dem Quecksilber als Zentralatom eingehen. Solche Komplexe können von der Niere erheblich leichter aus dem Blut filtriert werden, was zu einer Hg-Entgiftung des Körpers führt. Die beiden Antidote („Gegengifte“), die hierfür eingesetzt werden, sind die (manchmal bei zerebralem Befall eingesetzte) Dimercaptobornsteinsäure (DMSA) und vor allem die besser wasserlösliche Dimercaptopropansulfonsäure (DMPS). Diese beiden Substanzen besitzen zwei benachbarte Sulfhydryl-Gruppen (-SH), die mit dem Quecksilberatom stabile Chelatkomplexe (griech. *χηλή* „*chela*“ für „Krebsschere“) bilden, indem sie wie die Greifer einer Krebsschere das Hg-Atom zwischen sich binden.

Der Gebrauch von Mineralstoffen zur Quecksilberausleitung ist medizinisch nicht etabliert. Für die Anwendung von Zink als Antidot der Quecksilber-Entgiftung existiert kein eindeutiger Nachweis eines medizinischen Vorteils. Selen hat zwar ein gewisses antioxidatives Potential gegen den oxidativen Stress, der durch die Quecksilber-Intoxikation ausgelöst wird. Es vermindert jedoch (zugeführt als Na-Selenit im Tierversuch) die Effektivität der Antidote DMSA und DMPS und zeigt keinen medizinischen Nutzen beim Einsatz gegen eine Hg-Intoxikation.

Ein weiteres wirksames Antidot bei Methylquecksilbervergiftungen ist Acetylcystein (NAC). Im Gegensatz zu DMPS und DMSA entgiftet NAC selektiv Methylquecksilber über Urinausscheidung und weniger das anorganische Quecksilber. Der Vorteil des NAC gegenüber DMPS und DMSA liegt darin, dass der Mineralienhaushalt nicht dadurch beeinträchtigt wird.

... und noch mehr Quecksilber

17 Kinder – Verdacht auf Quecksilbervergiftung

Mit Verdacht auf eine Quecksilbervergiftung wurden 17 Kinder, Jugendliche und Betreuer einer heilpädagogischen Einrichtung ins Krankenhaus eingeliefert. Zuvor hatten zwei Kinder auf einem Industriegelände eine Ampulle mit einer vermutlich giftigen Chemikalie gefunden und damit den ganzen Tag in der Einrichtung gespielt.

Umweltsünde mit fatalen Folgen: Zwei Kinder haben auf einem alten Industriegelände im Norden Thüringens eine Ampulle mit einer vermutlich giftigen Chemikalie gefunden und in einer heilpädagogischen Einrichtung mit ihren Freunden den ganzen Tag lang damit gespielt. Am Ende mussten 17 Kinder, Jugendliche und Betreuer mit Verdacht auf Quecksilbervergiftung in Krankenhaus eingeliefert werden. Das Heim in Wülfingerode ist möglicherweise ebenfalls kontaminiert und wurde nach dem Vorfall am Dienstagabend evakuiert.

Wie ein Sprecher der zuständigen Polizeidirektion in Nordhausen am Mittwoch mitteilte, handelt es sich bei den Opfern um 13 Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 10 und 17 Jahren sowie vier Betreuerinnen des Heilpädagogischen Zentrums. Die Betreuerinnen hätten den Vorfall erst bemerkt, nachdem die Kinder und Jugendlichen den ganzen Tag mit der Ampulle gespielt und deren Inhalt sogar teilweise über die Arme geschüttet hätten.

Nach Angaben des Landratsamt in Nordhausen ging es den stationär im Krankenhaus behandelten Patienten aber am Mittwoch den Umständen entsprechend gut. Auch die Betreuerinnen seien wohlauf. Die ärztlichen Untersuchungen dauerten noch an, doch wurde noch im Lauf des Tages mit der Entlassung der meisten Behandelten gerechnet. Unter den Verletzten befinden sich auch die beiden 12- und 13-jährigen Kinder, die die Ampulle am Montag gefunden hatten.

Weitere Chemikalien gefunden

Da die Kripo das Gebäude des Heilpädagogischen Zentrums inzwischen

versiegelt hat, brachte das Jugendsozialwerk als dessen Träger auch die nicht verletzten Kinder vorübergehend in einer anderen Einrichtung unter. Nach Angaben von Kreisbrandinspektor Erich Etzrodt untersuchte das Landesamt für Arbeitsschutz das Gebäude eingehend auf mögliche Rückstände des Quecksilbers. Erst nach Abschluss und Auswertung der Messungen sollte über eine mögliche Wiederfreigabe des Hauses mit seinen Schul-, Wohn- und Therapieräumen entschieden werden.

Die Kriminalpolizei hat unterdessen ein Ermittlungsverfahren wegen des Verdachts auf ein Umweldelikt aufgenommen. Auf dem Industriegelände eines ehemaligen Kaliwerkes in Sollstedt, wo die Kinder die Ampulle gefunden hatten, wurden nach den Worten des Polizeisprechers weitere Chemikalien sichergestellt. Der Sollstedter Bürgermeister Jürgen Hohberg äußerte Unverständnis darüber, dass auf dem Gelände noch giftige Substanzen lagerten, zumal es dort an Silvester gebrannt und die Kripo das Gelände untersucht habe.

Bis 1997 war den Angaben zufolge in dem von dem Chemikalienfund betroffenen Gebäude ein Umweltlabor untergebracht, das seitdem stillgelegt ist. „Wir haben den Eigentümer wiederholt aufgefordert, das Gebäude zu sichern“, sagte der Bürgermeister. Dies sei offenbar nicht in ausreichendem Maße geschehen, wenn Kinder hineingelangen konnten.

gxb/AP

Quecksilberperlen



Zerbrochenes Thermometer mit dem giftigen Quecksilber



Quecksilber in einem Glas, damit es nicht verdampft

Quecksilberdämpfe sind das Gefährlichste an diesem Schwermetall, denn dazu gehört Quecksilber.

Für Kinder ist dies besonders gefährlich, da sie sich noch im Wachstum befinden und sie nicht wissen, dass es so giftig ist.

Meinungen

Der Tod kam über Nacht

Antworten und noch mehr offene Fragen zu Ereignissen wie in Winnenden

„Es ist schon nach Mitternacht. Eine einzige matte Lichtquelle bildet eine helle Oase im tiefdunklen Raum: Der Monitor des Computer. Dumpf knallen Schüsse und jaulen grelle Geräusche aus dem Lautsprecher. Vor dem Monitor zeichnen sich die Umrisse des Spielers ab. Dieser merkt unter allem Grübeln nichts mehr vom Spiel, handelt nur noch mechanisch. Plötzlich seine Stimme heftig im Raum: „Ich knalle alle ab! Morgen tu ich's ... Morgen sind sie dran!“ Er klickt sich durch das Internet. In irgendeinem Chatroom findet er einen seiner Kumpel und seine Finger gleiten fast spielerisch über die Tastatur als sie eingeben: „Morgen hau' ich sie alle um. Ich knall die alle ab!“ Doch der Freund reagiert nicht. Er nimmt seinem sonst ruhigen Kumpel dies nämlich nicht ab! Das passt nicht.“

Wer ist schuld? Natürlich die schlimmen Computerspiele! Aber wie viele Menschen beschäftigen sich mit solchen Spielen. Massen finden sich in „Warcraft“ oder irgendwelchen Kriegsspielen wieder und ihr Avator, ihr digitales Ebenbild, legt einen nach dem anderen um. Natürlich nur im Spiel! Alles potentielle Amokläufer? Dann sind die Kriegs- und Actionfilme die Schuldigen? Die Zuschauerzahl liegt bei wie viel Millionen? Wer die Absicht hat, jemanden zu Schaden, findet einen Weg – egal ob mit oder ohne Computerspielen, Actionfilmen usw. Langeweile und Überdruß – dort sollte man suchen. Wir Menschen benötigen unsere Erfolgserlebnisse. Wir benötigen unsere Ziele: erfüllbare Ziele. Doch es kostet auch viel Kraft, den Weg zur Erfüllung zu gehen. Wer sie nicht hat, bleibt auf der Strecke. Arbeitslosigkeit, Zukunftsangst und der übliche Konkurrenzkampf unter Mitmenschen oder hier Mitschülern sind zusätzliche Behinderungen. Doch gerade Jugendliche auf höheren Schulen sollten sich doch sinnvoll beschäftigen können. Denn weil sie intelligenter als andere sind, haben sie die Möglichkeit den Weg zur Spitze zu finden – eher als ihre Altersgefährten auf den allgemein bildenden Schulen und mit wesentlich weniger Konkurrenz. Doch welche Kinder schaffen es heute, das Gymnasium abzuschließen. Abgesehen davon, dass sie den Anforderungen der Grundschule leichter gerecht wurden, sind sie doch auch diejenigen mit den Eltern mit den dicken Portemonnaies. Bildung kostet Geld! Viel Geld. Das bedeutet doch für jeden der Gymnasialschüler auch weniger Stress. Ihre Eltern müssen sich nicht überlegen: „Wie ernähre ich morgen meine Kinder!“ In ihren Familien werden den Kindern mehr finanzielle Wünsche erfüllt. Also noch eine Erfolgsbehinderung weniger.

Sie wissen nicht was sie tun? Schon Kinder im Vorschulalter wissen, dass, wenn jemand stirbt, nicht mehr da ist und empfinden das als furchtbar. Nahe Menschen die wir durch Krankheit oder Unfall verlieren, vermissen wir sehr. Aber durch Ereignisse wie einst in Erfurt oder jetzt in Winnenden sterben zu müssen – diese Menschen betrauert man, selbst wenn man sie nie gekannt hat. Es ist erschütternd, wozu Menschen überhaupt fähig sind! Was geschah sollte möglichst nicht wieder geschehen. Jeder wird versuchen, es zu verhindern. Jeder? Ich lese gerade einen Artikel über Drohungen und Ankündigungen von Amokläufern an anderen Gymnasien. Wer versteht denn hier nicht, worum es geht? Auch lese ich darüber, dass die Täter meist Einzelgänger waren. Doch nicht jeder Einzelgänger ist ein künftiger Amok-

läufer.

Was soll man tun? So lange man nicht am Gymnasium lernt, scheint es einen nicht zu betreffen, wenn jemand ausrastet und um sich wütet. Dennoch ist man über jeden derartigen Vorfall erschüttert, von dem man liest oder hört. Nicht nur um den Tod der Menschen, die man nicht kennt. Ich war immer der Meinung, dass Menschen, um so intelligenter sie sind, um so mehr Wertschätzung dem Leben entgegenbringen würden. Doch wohin kommen wir, wenn selbst die Menschen, die mit Quanten und Funktionen rechnen, dann auf der Welt für Chaos sorgen?

Gedanken um einen 1,- Euro Job

Heute ist der 26.03.2009 und für einige Leute hier Beim Förderkreis BIOTEC e.V. der letzte Arbeitstag. Es herrscht eine gedrückte Stimmung, denn sie haben gern hier gearbeitet. Einen von ihnen habe ich weinen gesehen, weil er nun keine sinnvolle Beschäftigung hat und somit wieder irgendwo herum steht und mit seiner Zeit nichts anzufangen weiß. Aus lauter Frust wird dann zur Flasche gegriffen, nur damit man sich mit anderen unterhalten kann und der Tag vorüber geht. Andere sitzen zu Hause und starren in den Fernseher. Sich um Arbeit bemühen haben die Meisten aufgegeben. Das Jahr 2009 ist geprägt von Entlassungen und Kurzarbeit. Wo soll da Arbeit herkommen? Der Trend zu Minijobs wächst und von diesem Geld kann auch keiner leben, geschweige denn, eine Familie ernähren. Am Schlimmsten trifft es die Älteren, sie fühlen sich abgeschoben und nutzlos. Noch schlimmer trifft es die jungen Leute, denn die haben ihr Leben noch vor sich, doch wenn die Schulbildung schon nicht vorhanden ist, weil unser Bildungssystem viele Lücken aufweist, haben diese Menschen keine Chance für ihre Zukunft. Ein Hoffnungsschimmer war und ist der Förderkreis BIOTEC e.V.! Was wird nun hier, bleibt er bestehen oder versucht man die Arbeit dieses Vereines zu sabotieren und somit zur Aufgabe zu zwingen? Seit im vorigen Jahr der Verkauf des Grundstückes der Gutenbergstraße 12 erfolgte und im Rathaus heiße Diskussionen um den Erhalt unseres Sozialhauses statt fanden und bis heute noch ohne eine befriedigende Lösung blieben, kursieren in der Zwischenzeit wilde Gerüchte. Eins jedoch steht fest, der neue Vermieter will mehr Miete, was eine Mehrbelastung für den Verein bedeutet.

Aber es geht nicht nur um BIOTEC, sondern auch um „Mundwerk“ und die IGS. Bei der IGS wird fleißig gebaut und es sieht so aus, als könnten sie weiter machen. So denken viele hier, aber keiner weiß eine Lösung und sie möchten doch wissen, was aus ihrem Verein nun wird.

Wir, die Arbeitslosen dieser Stadt, fordern die Verantwortlichen, die ARGE und besonders den Bürgermeister Herrn Mättig auf, sich endlich zu dem Sozialhaus zu bekennen und sich für die Menschen die hier arbeiten und noch arbeiten wollen, einzusetzen! (anonym)

INFO

Ich lese einen Stuhl – Kunst er"FASSEN", Kunst be"GREIFEN"

LOS-Projekt – gefördert mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Sachsen
Projekt-Nummer: 080934145

Projekt-Inhalt

Ich "LESE" einen Stuhl! Kunst er"FASSEN", Kunst be"GREIFEN"

ist ein künstlerisch-gestalterisches Projekt, dass sich vor allem an sozial benachteiligte Mitmenschen aus dem unmittelbaren Umfeld des Stadtteils Freital-Potschappel wendet. Handwerklich-technische und künstlerische Fähigkeiten und Fertigkeiten erwerben bzw. entdecken, weiter entwickeln und zu einer unmittelbaren Einheit verbinden, stellt den Kern des Projektes dar. Gemeinsam bauen wir aus unterschiedlichsten Ausgangsstoffen z.B. Kinderstühle, Kindertische, Schaukelpferde, Spielkisten u.v.a.m. und geben ihnen ein "ganz individuelles künstlerischen Gesicht" - auch im Sinne der generationsübergreifenden Zusammenarbeit.

Diese Produkte werden im Ergebnis ihrer jeweils individuellen Gestaltung entsprechend ausgewählten Einrichtungen zur Verfügung gestellt und tragen "die Botschaft" der "Gestalter" weiter. Die TeilnehmerInnen erhalten so die Möglichkeit, ihren eigenen Gefühlen, Emotionen und Visionen am konkreten Objekt Ausdruck zu verleihen, die vom späteren Nutzer "gelesen" und ebenso individuell "interpretiert" werden können. Der scheinbar "tote Nutzgegenstand" wird als Unikat zu einem Zeugnis individueller Kreativität und Improvisation. Vorgesehen ist u.a. auch eine Stadteilausstellung, um die erstellten Objekte einer breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen - kombiniert mit einem Workshop, in dem die unmittelbar beteiligten TeilnehmerInnen ihre Werke und Intentionen darstellen und vermitteln können.

Für die Teilnehmenden ist dieses Projekt neben dem Erkennen und Entwickeln eigener Fähigkeiten und Fertigkeiten die Möglichkeit aktiver Mitwirkung an der Ausgestaltung des eigenen Umfeldes. Es ist vorgesehen, am Projekt ca. 35 (variabel plus) TeilnehmerInnen einzubeziehen, die in der ersten Phase u.a. Kinderstühle, Kindertische, aber auch kreative Objekte selbst herstellen und individuell künstlerisch gestalten. Diese Anzahl der Objekte ist nach oben freibleibend und passt sich den vielen, ganz sicher zu erwartenden Ideen und Vorschlägen an. Diese werden dann nach einer vorhergehenden gemeinsamen Ausstellung z.B. einer Kindereinrichtung und anderen prädestinierten gemeinnützigen Einrichtungen des Stadtteils bzw. des unmittelbaren Umlandes übergeben und zur Verfügung gestellt.

***** Zielgruppe *****

Zielgruppe sind insbesondere sozial benachteiligte Mitbürgerinnen und Mitbürger aller Altersgruppen, die durch Langzeitarbeitslosigkeit betroffen sind und danach streben, Ihrem Leben wieder neuen Sinn zu geben, sich sowohl im handwerklich-technischen wie auch im künstlerisch-kreativen Bereich beweisen zu wollen und dabei auch dem gemeinnützigen Aspekt Rechnung tragen möchten.

***** Projektzeiten (01.09.2008 – 30.08.2009) *****

Das Projekt findet in Form gemeinsamer Workshops **vorrangig montags, dienstags und donnerstags in der Zeit von 13.00 – 17.00 Uhr** statt (Änderungen vorbehalten). Jeder ist dazu herzlichst eingeladen, mitzumachen und mitzugestalten.

***** Anmeldung und weitere Informationen *****

Förderkreis BIOTEC e.V.
Gutenbergstr. 12
01705 Freital-Potschappel

Fon 0351.646 369 33
Fax 0351.646 369 35
Dr. Schwarz - Vorstandsvorsitzender
Email schwarz@foerderkreis-biotec.de



INFO

“POT-Report – Wir STIFTen Zukunft“

LOS-Projekt – gefördert mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Sachsen
Projekt-Nummer: 080933804

Projekt-Inhalt

POT-Report – Wir STIFTen Zukunft

“POT-Report - Wir “STIFTen” Zukunft” (POT - Kurz für POTschappel) ist ein aller 2 Monate aufgelegtes Magazin mit einer Auflage von circa 150 Exemplaren, dass direkt durch sozial benachteiligte MitbürgerInnen des Stadtteiles Freital-Potschappel und des unmittelbaren Umlandes gestaltet wird. Sie nehmen den “STIFT” in die Hand, um über ihre Sorgen und Nöte zu berichten, aber auch Informationen und Erfahrungen auszutauschen.

Es bietet ausreichend Raum für zu kulturelle Freizeitangebote, stellt eigene Lebenserfahrungen vor, enthält eine Tauschbörse, vermittelt Tipps und Ratschläge, wie man soziale Notlagen lösen kann (über erfolgreiche eigene Erfahrungen) und setzt sich auch kritisch mit den Wohn- und Lebensverhältnissen in unserem Stadtteil Potschappel auseinander

Auch der Arbeitsmarktbezug nimmt einen großen Stellenwert ein, indem darüber berichtet werden kann, wie “ich” erfolgreich meinen Arbeits- und/oder Ausbildungsplatz akquiriert habe und diese Erfahrungen anderen vermitteln möchte. Es ist ein optimistisches, aber auch kritisches und politisch neutrales Magazin, dass das Gemeinschaftsgefühl der Betroffenen hervorhebt, mobilisiert und stärkt und aus persönlicher Isolation (sowohl aus der Sicht komplizierter Lebenslagen als auch aus beruflicher Sicht) herausführt.

Neben der Konstituierung eines Redaktionskollegiums engagieren sich weitere TeilnehmerInnen im Rahmen des Autorenkollektivs (Verfassung eigener Artikel), der organisierten Gestaltung/Layout, Zusammenstellung, Druck, Vervielfältigung und Binden der POT-Report-Auflage sowie der Verteilung im regionalen Einzugsgebiet Freital-Potschappel. Das Projekt ist jederzeit zugangsoffen.

Auf Wunsch von Leseinteressierten erfolgen unkompliziert Nachauflagen, die wiederum ein Indiz dafür sind, dass der POT-Report auf nachhaltiges Interesse stößt.

***** Zielgruppe *****

Zielgruppe sind insbesondere sozial benachteiligte Mitbürgerinnen und Mitbürger aller Altersgruppen, deren soziale Problemlagen überdurchschnittlich hoch ausgeprägt sind.

Dier unmittelbare Mitgestaltungsprozess im Rahmen des Projektes aktiviert und motiviert die Übernahme von Eigenverantwortung im Sinne der eigenen Entwicklung, aber auch der Bereitschaft, Mitmenschen in komplizierten Lebenslagen zu unterstützen.

***** Projektzeiten (01.09.2008 – 30.08.2009) *****

Das Projekt findet in Form gemeinsamer Workshops **dienstags und donnerstags in der Zeit von 10.00 – 17.00 Uhr** statt (Änderungen vorbehalten). Die Zeiten können Sie auch den Aushängen in unserem Haus entnehmen.

Jeder ist dazu herzlichst eingeladen, mitzumachen und mitzugestalten.

***** Anmeldung und weitere Informationen *****

Förderkreis BIOTEC e.V.
Redaktionskollegium
Kerstin Holmann
Gutenbergstr. 12
01705 Freital-Potschappel

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



Wenn Kinder streiten

Wenn Kinder streiten, liegen bei uns Eltern die Nerven blank. Deshalb sprechen Eltern dann ein Machtwort, trennen die Streithähne, drohen, brüllen, flehen, meckern, tricksen, lenken ab und verlieren den Überblick. Eltern lassen sich im Handumdrehen in den Streit verwickeln, machen voreilig einen Schuldschein aus, entscheiden blind, wer recht hat und präsentieren ungefragt eine Lösung für den Konflikt.

Kann man machen, aber es hilft nicht viel. Denn: Im nächsten Augenblick geht der Krach von vorne los. Grund für Streit gibt es genug:

- Wer darf den Bagger haben?
- Wer soll der Bestimmer sein?
- Wer ist die beste Freundin?

Wer darf mitspielen?

Schön streiten? Das geht!

Harmonie gedeiht auf dem Boden überstandener Auseinandersetzungen - und nicht dank ihres Ausbleibens. So richtig schön streiten, doch, doch, das geht! Aber dafür brauchen Kinder eine kleine Anleitung und Eltern, die sich auf die Position wohlwollender Neutralität beschränken: unparteiisch, vermittelnd und auf Regeln bestehend.

Allerdings tun Erwachsenen sich sehr schwer mit der gelassenen Sicht auf das Geschehen. Streitende Geschwister bringen nämlich das Wunschbild von der harmonischen Familie ins Wanken, in der unentwegt eitel Sonnenschein herrschen soll. Die Kinder selbst sehen das anders: „Streiten ist auch Spaß“, versichern schon Vierjährige. Viel von dem schlechten Beigeschmack, der den Streit unter Geschwistern, aber auch den Streit unter Freunden begleitet, zeugt mehr von der Konfliktscheu der Erwachsenen als von echter Bosheit, Niedertracht und Gemeinheit.

Kinder treten im Streit offen gegeneinander an - vorausgesetzt natürlich, ihre Eltern halten das aus und erlauben ihnen, Gefühle auszuleben. Auch die Ermunterung, Aggressionen in unschädliche symbolische oder kreative Bahnen zu lenken, kann viel Gutes bewirken.

Mit ihrem Hickhack führen Kinder den Eltern auch vor Augen, dass Erwachsene viel weniger friedfertig und freundlich zueinander sind, als sie wahrhaben wollen. Verlangen Eltern friedfertiges Verhalten von den Kindern, weil sie selbst so viel Mühe damit haben, Konflikte und Streit konstruktiv und einfallsreich zu lösen? Erstarren, tagelanges Angiften und böses Schweigen - das kennen Erwachsenen eher von sich selbst. Es gibt Krach, aber keinen Kalten Krieg im Kinderzimmer. Kinder sind erfindungsreich und verfügen über ein breites Repertoire, sich zusammenzustreiten.

Die Art des Streitens ist wichtig

Wenn Kinder sich mal ausdauernd streiten, heißt das noch lange nicht, dass sie nicht in der Lage sind, ihren Streit selbst beizulegen. „Gerade die sozial sehr aktiven Kinder sind es, die häufiger als andere in Streitereien verwickelt sind“, sagt die Diplompädagogin Mechthild Dörfler, die zusammen mit Gisela Dittrich und Kornelia Schneider eine Beobachtungsstudie für das Deutsche Jugendinstitut in München durchgeführt hat: Jahrelang erforschten sie das Konfliktverhalten von Kindern in

Kindertagesstätten. „Bedenklicher ist eher, wenn Kinder nie in einen Streit verwickelt sind.“

Auf das *Wie* des Streitens komme es an, nicht darauf, wie oft oder wie laut Kinder streiten. Dabei gelingen schon kleinen Kindern beachtliche Lösungen, die genauer verraten, worum es im Streit eigentlich geht - vorausgesetzt, die Kinder haben die Lösung selbst gefunden.

So berichtet Mechthild Dörfler von zwei Mädchen im Kindergarten. Franziska sitzt am Tisch, Iris steht dahinter. Kaum hat Franziska ihren Platz kurz verlassen, setzt sich Iris auf ihren Stuhl. Franziska kommt zurück und ist sauer: „Du sitzt auf meinem Platz!“ Iris macht ihr darauf den Platz frei und erwidert: „Ja, ich hab ihn dir doch nur freigehalten.“ Mechthild Dörfler erkennt in Iris' Antwort das verdeckte Beziehungsangebot. „Indem Iris Franziska signalisiert, dass sie sich um ihren Platz sorgte, übermittelt sie ihr eine fürsorgliche Geste der Wertschätzung. Franziska verstand das Angebot, und später entwickelte sich ein enger Kontakt zwischen den beiden.“

Häufig geht es bei genauerem Hinsehen beim Streit um etwas anderes als um das, was auf den ersten Blick sichtbar wird. Hinter fliegenden Bausteinen, Gerangel um den Stuhl, gemeinen Ausdrücken und Ähnlichem stecken oft Motive, die für ein bestimmtes Alter typisch sind:

- Wer ist hier der Bestimmer?
- Wo stehe ich in der Gruppe?
- Wer darf hier was?

Das sind Streitfragen, die Spielfreunde umtreiben, ganz ähnlich wie die, über die Geschwister aneinander geraten.

Wenn Geschwister streiten

Die Auseinandersetzungen unter Freunden unterscheiden sich vom Geschwister-Streit in einem wesentlichen Punkt: Ein Spielkamerad kann sich immer aus der Affäre ziehen, indem er einfach weggeht. Der Druck, eine Lösung finden zu müssen, ist schwächer - denn man muss ja nicht mit dem Gegner unter demselben Dach leben. Doch unter Geschwistern muss eine Lösung her, damit man wieder gut zusammenhalten kann. Brüder und Schwestern entwickeln in ihrer Familie aber ein untrügliches Gespür dafür, mit welcher Strategie sie die größte Aufmerksamkeit der Eltern auf sich ziehen können.

Kaum etwas belastet das Familienleben mehr als das ewige Streiten der Kinder. Das nervt ungeheuer - und das soll es ja auch. Kinder erwarten, dass der herbeieilende Elternteil Schiedsrichter spielt. Sie streiten um die Aufmerksamkeit und Gunst der Eltern, um Privilegien und Besitz, weil sie glauben, dass all das weniger wird, wenn man es teilen muss.

Streit ist nicht gleich Streit

In der Hitze des Gefechts unterlaufen dem Schiedsrichter aber leicht Fehler: Es ist nämlich nicht immer derselbe Streit, sondern jedes Mal ein neuer. Bei genauerem Hinsehen entpuppt sich das Opferlammchen häufig als der wahre Streithammel. Und nicht nur das. Wenn wir vergangene Situationen blind auf die aktuelle übertragen, legen wir die Kinder auf ihr Streitverhalten fest und nehmen ihnen damit die Möglichkeit, sich verschieden zu erfahren

...Fortsetzung

ihnen damit die Möglichkeit, sich verschieden zu erfahren und eben auch verschieden zu verhalten. Der Mangel an Alternativen erzeugt Aggressionen, und schnell sieht ein Kind keine andere Möglichkeit mehr als zuzuschlagen.

Es gibt auch bei jedem Streit etwas anderes zu lernen. Daher müssen Kinder streiten: In der Auseinandersetzung mit einem anderen lernt man sich selbst und den anderen besser kennen, da erlebt sich ein schüchternes Kind plötzlich als mutig, da kann der Stärkere auf einmal nachgeben. Mehr noch: Wie man eigene Grenzen zieht und die der anderen respektiert, wie man sich in einen anderen Menschen hineinversetzt, seine eigenen Gefühle ausdrücken und seine Meinung vertreten kann, ohne den anderen zu verletzen, und wie man ertragen lernt, dass man verschiedene ist - das erfährt man am besten im Streit.

Und auch, wie man sich nicht unterbuttern lässt und trotzdem eine Lösung findet, die allen Beteiligten gerecht wird, ist keinem von uns in die Wiege gelegt. Das muss man üben dürfen wie Einmaleins und Abc - am besten beim Streiten.

Bei Streit nicht vorschnell eingreifen

Streit und Kampf seien eine der lebhaftesten Wechselwirkungen unter Menschen, befand der Soziologe Georg Simmel vor rund hundert Jahren: „Das dient wie die heftigsten Ausbrüche einer schweren Krankheit lediglich der Genesung.“

Streit ist gesund und grundsätzlich erlaubt, „als Ausdruck nicht unterdrückbarer, gesunder Kräfte im Kind“, sagt der US-amerikanische Psychologe Richard A. Gardener. „Jedes Kind, das nicht wenigstens bis zu einem gewissen Grad eine Geschwisterrivalität zeigt, ist ein behindertes Kind, das beim Kampf um den Ausdruck der eigenen Persönlichkeit von den Menschen in seiner Umgebung besiegt worden ist.“

Und das geschieht häufig in bester Absicht: „Du als die Große kannst doch wirklich mal nach geben“ oder „Sei doch mal lieb zu ihm, schließlich ist er doch dein kleiner Bruder“, so appellieren verzweifelte Eltern und schüren das familieninterne Konkurrenzgerangel noch zusätzlich. Mit Appellen erreicht man gar nichts, mit der donnernden Untersagung jeder feindseligen Handlung noch weniger.

Konflikte richtig austragen

Das eigentliche Problem besteht weniger darin, dass es Konflikte gibt, sondern in der Unklarheit darüber, wie man sie austrägt, so dass jeder gewinnt. Im Spektrum zwischen fair und gewalttätig geht da viel. Wo sonst könnte man seine Möglichkeiten besser erkunden als zuerst in der Familie und dann auch mit Freunden?

Greift man zu schnell ein, nimmt man den Kindern den Konflikt aus der Hand. Und verpasst außerdem die Chance, die Kinder besser kennen zu lernen. Fasziniert beobachteten Eltern, wie schnell kleine Kinder nach einem Streit fröhlich zur Tagesordnung übergehen. Sie vergessen einfach. Ihre beachtlichen Fähigkeiten, die Kommunikation nicht abreißen zu lassen und gleich nach einem heftigen Gerangel wieder intensiv zu spielen, erlauben ihnen, ihre gegensätzlichen Impulse auszuleben und dabei in Sicherheit zu sein: Sie sind sich ihrer Aggressionen bewusst, aber werten das Geschehen eher positiv, wenn sie ihre Gefühle

ausleben dürfen und dabei gewisse Regeln einhalten. Die Kinder einer Familie bauen füreinander ein soziales Fitness-training, in dem sie ihre Ausdauer, Geschicklichkeit und Konzentration steigern. Sie lernen, wie man mit Konflikten und Streit umgeht - so oder so.

„Geschwister kennen ihr jeweiliges Waffenarsenal sehr genau, sie können meist bewusst kalkulieren, planen und ihre aggressiven Handlungen und Aussagen kontrollieren“, betonen die beiden Geschwisterforscher Stephen Bank und Michael Kahn. Freunde müssen das erst herausfinden. Auf lange Sicht lernen beide, Freunde und Geschwister, Konflikte auch durchzustehen, wenn man sie lässt: „Streit fördert Kompetenz, Moral, Mut, Kreativität und Loyalität“, sagen die beiden Forscher.

Streit-Eskalation verhindern

Wem gehört eigentlich der Streit? Schwer zu sagen. Eltern werden die lautstarken Querelen oft einfach zu viel, auch weil sie darin einen Angriff auf ihre Bedürfnisse nach Ruhe und Harmonie erkennen und als Rücksichtslosigkeit werten, was die Kinder da veranstalten. Doch damit rücken sie ihr eigenes Anliegen in den Vordergrund. Dabei ist es doch nicht ihr Streit, sondern der ihrer Kinder! Greifen Eltern sollten zu früh ein, bringt das die Kinder aus ihrem Streit-Konzept:

Die Sache, um die es geht, bleibt ungeklärt und schwelt weiter. Durch ihre Einmischung kann eine kleine Remperei eine Bedeutung bekommen, die sie anfangs gar nicht hatte. Wenn Erwachsene ihre Macht ins Spiel bringen, bringen sie Kinder um die Chance, aus ihrem Streit zu lernen, und der Konflikt erreicht eine neue Stufe: Man brüllt, droht oder setzt seine größeren Körperkräfte ein - wird aggressiv, um die Aggressivität der Kinder zu stoppen.

Ein falsches Signal, dass man mit überlegener Macht einen Konflikt beendet. Gegen Aggressivität hilft noch mehr Aggressivität? Das stiftet nicht zum Frieden, sondern in Gegenteil zum nächsten Konflikt an.

Ein falsches Signal, dass man mit überlegener Macht einen Konflikt beendet. Gegen Aggressivität hilft noch mehr Aggressivität? Das stiftet nicht zum Frieden, sondern in Gegenteil zum nächsten Konflikt an.

„Eskaliert der Streit, muss man sich an eigene Streit-Regeln halten, körperlich dazwischenstellen und dem älteren Kind sagen: ‚Du hast jetzt gar keine andere Möglichkeiten gesehen als zu schlagen. Der Kleine hat dich jetzt richtig genervt.‘ Dann wendet man sich dem Jüngeren zu: ‚Das hat dir weh getan, und du wolltest das Spielzeug auch gern behalten.‘ Den Älteren fragen, was hätte er gebraucht, um anders reagieren zu können als zu schlagen? Wichtig ist, keine Lösungen anzubieten, sondern nur Ideen zu sammeln“, meint die Berliner Kommunikationstrainerin Heidemarie Göting.

Eltern sollten sich an eigene Streit-Regeln halten. Streitende Kinder übernehmen schneller die Verantwortung für ihren Streit, wenn ihre Eltern aufhören, sich für ihren Streit verantwortlich zu fühlen. Doch Eltern sollen das Geschehen nicht einfach nur achselzuckend ignorieren, sondern genau beobachten und sich an eigene Streit-Regeln halten.

...Fortsetzung

Dann werden sie immer mehr verstehen und Details erkennen:

- Wer hat hier welches Anliegen?
- Welche Dynamik ist am Werk?

Vom Zuschauerrang aus sieht man besser als in der Mitte des Spielfeldes - und hat bald den Schlüssel in der Hand, um den gesamten Beziehungsclich zu verstehen. Wir können Kindern durch unsere wohlwollende Neutralität dabei helfen, sich richtig schön zusammen zu streiten. Konflikte mit den Kindern, aber nicht für die Kinder klären - das etwa wäre der Kunstgriff.

Bevor wir in den Streit eingreifen, machen wir uns besser klar, was unser Ziel ist:

- Wollen wir die Ruhe im Kinderzimmer wiederherstellen oder Gehorsam und Regeln durchsetzen?

Wollen wir das einzelne Kind stützen oder schützen? Oder wollen wir Kinder befähigen, Konflikte konstruktiv zu lösen und daraus etwas zu lernen?

Es hängt von der Rolle, in die wir schlüpfen, ab, wie die Geschichte ausgeht. Wenn man die Kampfhähne veranlassen kann, nacheinander ihren Standpunkt vorzutragen, ist schon viel gewonnen.

Umso besser, wenn Eltern auch bereit sind, ihr eigenes Streitverhalten kritisch zu mustern, um dann erst sorgsam zu erkunden, was überhaupt passiert ist, worum es in dem Streit eigentlich geht, wie sich die Kontrahenten dabei fühlen und was sie vom anderen wollen und erwarten – es müsste doch mit dem



Obergrenzen für die Verbrauchsmengen von Heizmaterialien ab 01.02.2009.

Brennstoffart/max. Wohnfläche in m ²	45 1 Person	60 2 Personen	75 3 Personen	90 4 Personen	100 5 Personen	+10 + 1 Pers.
Brikett, feste Brennstoffe in kg	1.575	2.100	2.625	3.150	3.500	+ 350
Ölheizung in Liter	945	1.260	1.575	1.890	2.100	+ 210
Gasheizung in m ³	945	1.260	1.575	1.890	2.100	+ 210
Elektroheizung in kW	7.245	9.660	12.075	14.490	16.100	+ 1.610
Flüssiggas in kg	495	660	825	990	1.100	+ 110
Fernwärme in kWh	5.625	7.500	9.375	11.250	12.500	+ 1.250

Berichtigung und Aktualisierung

In der letzten Ausgabe auf Seite 5 hat sich leider ein Fehler eingeschlichen. Im Artikel „Hilfe müssen wir frieren – Sind die Kosten der Unterkunft (KdU) für uns noch bezahlbar“ muss es anstatt 40m² für eine 1 Person natürlich 45m² heißen.

In der Zwischenzeit hat sich sehr viel geändert. Der gemeinsame Landkreis „Sächsische Schweiz-Osterzgebirge“ hat eine neue Richtlinie bezüglich der Übernahme von Kosten der Unterkunft beschlossen. Diese tritt für alle Neu- und Neubewilligungsanträge in kraft, welche ab dem 01.02.2009 gestellt werden. D.h., dass rückwirkend keine Änderung von laufenden Bescheiden eintritt. Wurde ein Bescheid z. Bsp. ab dem 01.01.2009 wirksam (Bewilligungszeitraum vom 01.01.2009-30.06.2009), tritt die neue Richtlinie nicht ein, hier hat noch die alte Richtlinie, welche in der letzten Ausgabe erörtert wurde, bestand.

Die grundlegende Änderung der neuen Richtlinie bezieht sich auf die Heizkosten. Die Wohnraumgröße für die Anzahl der Personen hat sich nicht geändert. Auch der Richtwert für den m²-Preis Kaltmiete ist geblieben. Es bleibt bei den 4 Euro kalt. Dafür wurden die Betriebskosten gesplittet. Einmal in Betriebskosten kalt – d. h., dass alle Betriebskosten, wie Versicherung, Grundsteuer, Schornsteinfeger, Abfall, Kaltwasser, Abwasser, Wartung und Verwaltung durch Fremdfirmen als feste Größe bis zu 1,30€ pro m² übernommen werden. Der Gesamtbetrag für die Bruttokaltmiete (gesamte Miete ohne Heizkosten) darf 5,30€/m² nicht übersteigen.

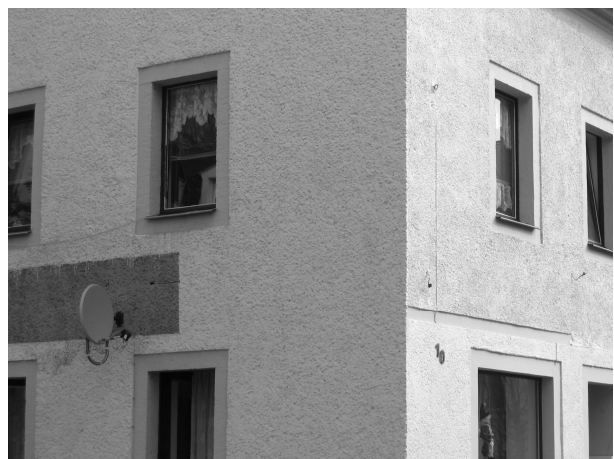
Zusätzlich zu den kalten Betriebskosten werden die Kosten für Heizung übernommen. Diese Kosten werden als Verbrauchsgröße berechnet. Damit wurde erstmalig der ständigen Preisänderungen für alle Arten von Brennstoffen, wie Gas, Öl und Kohle, Rechnung getragen. Somit wird der Verbraucher „gerechter bestraft“, wer zu viel Heizenergie verbraucht. Dennoch ist auch diese Richtlinie nicht ganz ohne Kritik anzunehmen. Eine 4,-Euro/m² teure Wohnung hat in der Regel keine teure Modernisierung erfahren. Somit liegen diese Wohnungen im unteren Drittel des gesetzlich geforderten Wärmedämmwertes. Einige von ihnen erfüllen diese Norm nicht einmal (Wohnungen mit Kohleheizung und ohne Wärmeschutzdämmung – vereinzelt noch mit Einfachverglasung), womit die bewilligten Mengen an Heizstoffen niemals ausreichen werden. Hier muss ich darauf hinweisen, dass man bei der Anmietung einer neuen Wohnung unbedingt den gesetzlich geforderten „Energiepass“ sich zeigen lassen sollte. Denn viele schwarze Scharfe auf dem Wohnungsmarkt vermieten völlig unzureichend modernisierten Wohnraum zu „Hartz IV“-passenden Mieten. Eine 4,-Euro Wohnung sollte mindestens ein Wärmeschutzverbundsystem (Wärmeschutz nachträglich von außen angebracht), abgedichtete Fenster (aufpassen, ordentlich sanierte Kastenfenster haben eine bessere Wärmedämmung als billige Thermofenster mit Plastikrahmen) und natürlich eine moderne Heizung. Alles andere ist keine 4,-Euro wert. Wenn man diese Regeln beachtet, müsste es möglich sein, mit den entsprechenden Verbrauchsmengen an Heizmaterialien, wie sie in nebenstehender Tabelle angegeben sind, auszukommen, wenn man seinem Energieverbrauch kritisch gegenübersteht. Der Verbrauch von

Warmwasser, Strom, Gas zum Kochen muss grundsätzlich selbst getragen werden. Diese Tabelle zeigt die Obergrenzen für die Verbrauchsmengen. Wie die ARGE mitteilt, ist bei Überschreitung dieser Grenzen eine Einzelfallprüfung möglich.

von A. K.



Dieses Haus besitzt kein Wärmeschutzverbundsystem....



...diese Fenster sind marode Verbundfenster mit gelöster Verkittung und durch Witterung geschädigter Holzrahmung. Die Kaltmiete beträgt hier 5,-€.

INFO

Integrationskurse DEUTSCH

Zertifizierter Sprachkursträger im Auftrage des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge
Zertifikat: 75183 - SN

Gefördert vom:



Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

Wir bieten Ihnen an:

Voll-, Teilzeit- und Abend-Integrationssprachkurse „DEUTSCH“

mit einem Gesamt-Stundenumfang von 645 UE*) (Basiskurs: 300 UE; Aufbaukurs: 300 UE; Orientierungskurs: 45 UE) mit anschließender Sprachprüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer (A 2 – B 1) – kurz: DTZ“

*1 Unterrichtseinheit (UE) – 45 Minuten

Wiederholungs-Aufbaukurse „DEUTSCH“

mit einem Gesamt-Stundenumfang von 300 UE mit anschließender Sprachprüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer (A 2 – B 1) – kurz: DTZ“

*** Teilnahmeberechtigung ***

- **SpätaussiedlerInnen/MigrantInnen** für Erst- und Folgekurse (u.a. SGB II-Leistungsbezieher);
- **Langjährig Geduldete mit Aufenthaltstitel** nach §23 Abs. 1 oder §104a AufenthG;
- **Deutsche Staatsbürger**, wenn sie nicht über ausreichende Sprachkenntnisse verfügen und im besonderen Maße integrationsbedürftig sind;
- **Langfristig aufenthaltsberechtigzte Drittausländer** gem. §44 Abs. 1 Satz 1 Nr. 1d AufenthG.

*** Aktuell in Vorbereitung ***

- **Zu 1.: Abendkurs – beginnend ab 06.04.2009**
jeweils montags, dienstags und donnerstags von 17.00 Uhr – 19.30 Uhr (4 UE)
- **Zu 1.: Teilzeitkurs – beginnend ab 06.04.2009**
jeweils montags, mittwochs und freitags von 09.00 Uhr – 13.30 Uhr (je 5 UE)

Beginn mit min. 12 und max. 15 TeilnehmerInnen, um den effizienten und individuellen Lernzugang zu gewährleisten !

*** Wir übernehmen für Sie ***

- Antragsstellung gegenüber dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge bzgl. Klärung der Teilnahmeberechtigung
- Klärung der Kostenbefreiung und Fahrtkostenbewilligung
- Es entstehen keinerlei Kosten für Sie während der Kursdurchführung (z.B. Kopien, Scripte)
- Unterstützung und Beratungshilfen „rund um den Kurs“
- Pausenversorgung (Getränke, Speisen)

*** Anmeldung und weitere Informationen ***

LOESERnet.com GmbH

Gutenbergstr. 12
01705 Freital-Potschappel

(Anfahrt: Hbf Dresden-Bahnhof Freital-Potschappel -300 m Fußweg)

Fon 0351.646 369 33

Fax 0351.646 369 35

Dr. Schwarz - Geschäftsführer

Email schwarz@loeser-net.com

Maria Schaulin – Deutsch-Dozentin

Email schaulin@loeser-net.com



ISS DICH FIT! - 10 Lebensmittel, die Ihr Leben verlängern können

Schokolade – Ja, auch Schokolade kann gesund sein! Das im Kakao enthaltene Theobomin stimuliert das zentrale Nervensystem. Es erweitert die Blutgefäße und wirkt harntreibend. Die Kakaobutter senkt das schlechte LDL-Cholesterin, erhöht das gute HDL-Cholesterin und verringert das Verklumpen von Blutplättchen und damit das Thromboserisiko. Die Effekte sind bei höherem Kakaobutteranteil stärker, weshalb dunkle Schokolade zu bevorzugen ist. Außerdem wurde für Kakao eine blutdrucksenkende Wirkung nachgewiesen. Schokolade kurbelt die Serotonin-Bildung an, der wichtigste Botenstoff fürs Glücksempfinden, der auch den Schlafrhythmus steuert, den Sexualtrieb und die Körpertemperatur.

Orangen – Wer den vollen Gesundheits-Effekt von Orangen nutzen will, sollte besser die Frucht essen als nur deren Saft zu trinken. Der hohe Mineralstoffgehalt der Orange, insbesondere von Kalzium und Phosphor, sowie der hohe Saftanteil, wirken regulierend und ausgleichend auf den Mineral- und Wasserhaushalt und verleihen der Frucht eine basenbildende Wirkung. Von besonderer Bedeutung ist der Vitamin C und E. Alle zusammen wichtigen Faktoren beim Immun- und Krebschutz. Die Bioflavonoide im Fruchtfleisch schützen das Vitamin C vor Oxidation, steigern zusammen mit dem Vitamin E dessen Wirksamkeit.

Joghurt & Co. – Sauermilchprodukte enthalten wie die Milch eine Vielzahl wichtiger Nährstoffe: Milcheiweiß, MilCHFett, MilChzucker, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Ein zusätzliches Gesundheits-Plus sind die Probiotika, die unsere Abwehrkräfte und den Darm stärken. Die Milchsäurebakterien wirken gegen Pilze und gleichen zudem den Cholesterinspiegel aus. Die in Joghurt & Co. enthaltene Milchsäure wird vollständig in Energie umgewandelt und kurbelt die Verdauung an. Sie fördert die Kalzium-Aufnahme im Darm und unterstützt den Aufbau einer gesunden Darmflora.

Paprika – Paprikaschoten sind ein kalorienarmes, vitalstoffreiches und äußerst gesundes Gemüse. Sie regen den Appetit an, stimulieren die Produktion von Verdauungssäften, wirken harntreibend, entschlacken und desinfizierend auf die Schleimhaut von Mund, Magen und Darm. Auf Grund ihres hohen Gehalts an Beta-Karotin, Vitamin C und Flavonoiden wird die Paprika zur Stärkung der Abwehrkräfte und zur Vorbeugung gegen Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen empfohlen. Beta-Karotin und Vitamin C sind Antioxidanten und können aggressive Sauerstoffradikale, die für die Entartung von Zellen mitverantwortlich gemacht werden, unschädlich machen.

Zimt – weckt die Geschmacksnerven, wirkt appetitanregend und speichelfördernd. Im alten Ägypten und Griechenland wurde Zimt zum Räuchern verwendet und medizinisch als Salbenzutat eingesetzt. Seit einiger Zeit wird Zimt als Therapeutikum bei Diabetes diskutiert. Es gibt Hinweise auf blutzucker- und lipidsenkende Eigenschaften bei Diabetes Typ 2 – sie rechtfertigen allerdings noch keine Empfehlung für eine therapeutische Anwendung. Neben dem positiven Einfluss von Zimt auf den Blutzuckerspiegel sind positive Wirkungen auf den Fettstoffwechsel und damit auf das Herz-Kreislauf-Risiko beobachtet worden. Achtung: Zimt kann allergische Reaktionen auslösen.

Reis – Reis wirkt aufgrund des hohen Kalium- und des niedrigen Natriumgehaltes stark entwässernd und ist als diätisches Lebensmittel besonders wertvoll bei Menschen mit Nierenerkrankungen, bei Rheuma, Ödemen sowie Herz- und Gefäßleiden. Reis enthält viele schleimbildende Substanzen und gilt daher als Heilmahrung zur Schonung des Darms. (Mit Reisschleim wird in Italien Durchfall behandelt). Durch den hohen Anteil an B-Vitaminen stärkt Reis die Nerven und hilft bei Stress. Das Niacin im Reis stärkt das Immunsystem, reguliert den Cholesterinspiegel und beugt Leberschäden vor. Die gesundheitsfördernde Wirkung bietet vor allem Naturreis.

Hähnchen – Hähnchenfleisch enthält außergewöhnlich wenig Fett und sehr viel Eiweiß, weswegen es sich für eine gesunde Ernährung, aber auch zum Abnehmen sehr gut eignet. Das Eisen im Hähnchenfleisch wird für die Blutbildung und den Sauerstofftransport im Blut benötigt, somit kann einer Blutarmut (Anämie) effektiv vorgebeugt werden. Ergänzt wird die positive Ernährungsbilanz durch Vitamin B1, das die Nervenfunktion unterstützt, Vitamin B2, wichtig für die Bildung der Schleimhäute, und Vitamin B6 sowie Niacin, die bei der Verwertung zugeführter Nährstoffe helfen. Achtung: Vermeiden Sie Produkte aus Massentierhaltung, greifen Sie lieber zu Hähnchen aus kontrollierter Aufzucht!

Lachs – ist sehr gesund! Zum einen wegen der Vielzahl an Vitaminen. Etwa Vitamin D, wichtig für den Knochenaufbau. Die Vitamine A und E sind wertvolle Antioxidantien, sie schützen die Zellen vor Krebs sowie rheumatischen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Die im Lachs enthaltenen Vitamine der B-Gruppe stärken die Nerven. Das Spurenelement Jod wirkt positiv bei Müdigkeit und Antriebschwäche. Auch enthält Lachs Tryptophan, den Grundstoff für das Glückshormon Serotonin. Er sorgt für Energie und Lebensfreude. Nicht zu vergessen: die mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren. Sie senken das Risiko, einen Herzinfarkt zu erleiden, denn sie senken erhöhte Cholesterin-Blutdruckwerte.

Beeren – Dunkle Beerenfrüchte wie Brombeere, Johannisbeere und Heidelbeere sind kalorienarm, enthalten reichlich Vitamine und Mineralstoffe. Ihr hoher Kaliumgehalt wirkt entwässernd, zugleich blutdrucksenkend. Die Ballaststoffe haben einen positiven Einfluss auf die Blutfettwerte, sie senken den Cholesterinspiegel und regen die Darmtätigkeit an. Dunkle Beerenfrüchte gelten als Gesundheitstipp zur Vorbeugung gegen Vitaminmangel und Krebs. Die Inhaltsstoffe Carotin, Eisen, Vitamin C sowie die Anthocyane, die zu den sekundären Pflanzenstoffen gehören, sind wichtige Helfer bei der körpereigenen Immunabwehr.

Rotwein – Die Bedeutung von Rotwein für die Gesundheit des Herzens erkannten Wissenschaftler vor 20 Jahren. Sie fanden heraus, dass Frankreich eine signifikant niedrigere Herzinfarktrate hatte als andere Länder. Und das, obwohl die Franzosen gerne schlemmen und bekannt sind für ein gewisses „Laissez faire“, was mit körperlicher Bequemlichkeit einhergeht. Der Grund war bald gefunden: Der regelmäßige und mäßige Genuss von Rotwein. Er schützt vor Schlaganfall und Herzinfarkt. In den Schalen der roten Trauben steckt eine Vielzahl sekundärer Pflanzenstoffe mit herschützender und krebsvorbeugender Wirkung. Sie wirken den Ablagerungen an den Blutgefäßen entgegen.

Ratgeber

Erhöhung der Hartz IV Regelleistungen zum Juli 2009 um rund 2,5%

Nachricht zum Thema Hartz IV / ALG II vom 12.03.2009 um 12:30 Uhr (Autor: pr)

Nach Berechnungen des Statistischen Bundesamtes sind die Renten Mitte des Jahres 2009 um etwa 2,5% zu erhöhen. Aufgrund der – oftmals kritisierten – Koppelung der Erhöhung der ALG II Regelleistung an die Rentenerhöhung können werden auch die ALG II Regelsätze in einer ähnlichen Größenordnung angepasst werden.

Die Bekanntgabe der exakten Zahlen durch das Statistische Bundesamt wird am 26. März 2009 erfolgen. Die Erhöhung der Regelleistung tritt dann – ebenso wie die zugrunde liegende Rentenerhöhung – zum 1. Juli 2009 in Kraft.

Unabhängig davon erhalten Kinder im Alter von sechs bis 13 Jahren aufgrund der Änderungen im Konjunkturpaket II ebenfalls ab Juli 2009 70% statt wie bisher 60% der vollen, dann erhöhten, Regelleistung.

Quelle: Sozialleistungen.info

Rezept

Falscher Osterhase

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Gehacktes, halb und halb
- 2 Möhre(n)
- 100 g Erbsen (TK), alternativ auch frische
- ½ Porreestange
- 1 Frühlingszwiebel(n)
- 1 Brötchen vom Vortag
- 1 Ei(er)
- Salz und Pfeffer

1 Bund Petersilie, gehackte

1 Zehe/n Knoblauch, gehackte

Zubereitung

Das Brötchen wird in etwas Wasser eingeweicht. Anschließend wird es ausgedrückt und mit dem Ei unter das Hackfleisch gemischt. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. 1/2 Bund Petersilie sowie die Knoblauchzehe untermengen.

Die Möhre, die halbe Porreestange, die Frühlingszwiebel putzen und in feine Scheibchen schneiden. Zusammen mit den Erbsen unter die Hackmasse mischen.

Die Masse zu einem Laib formen und dann in einem großen Bräter anbraten. Anschließend den Bräter in den Vorheizten Backofen schieben und bei 180°C bis 200°C ca. eine Stunde backen.

In Scheiben schneiden, auf Tellern anrichten, mit der restlichen Petersilie bestreuen und heiß servieren.

Dazu schmeckt Erbsen- und Möhrengemüse mit Salzkartoffeln. Eine Pilzsauce dazu reichen.

Kokoskuchen vom Blech

Zutaten:

3 Eier	1/4 l Buttermilch
250 g Zucker	100 g Kokosraspeln
1 Pkt Vanillezucker	100 g Zucker
500 g Mehl	75 g Sahne
1 Pkt Backpulver	75 g Zucker

Zubereitung:

Kokoskuchen vom Blech schmeckt frisch am besten, sogar, wenn er noch warm ist. Eier mit 250 g Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Mehl mit Backpulver mischen und löffelfeise unter die Eier rühren. Nach und nach Buttermilch unter den Teig rühren, bis ein geschmeidiger Rührteig entsteht. Rührteig auf ein mit Backpapier belegtes oder gut gefettetes Blech streichen. Kokosraspel mit 100 g Zucker mischen und gleichmäßig über den Kuchen verteilen. Ofen auf 200° vorheizen. Kokoskuchen auf die mittlere Schiene schieben und ca. 25-30 Minuten goldbraun backen. Sahne in einen Topf geben und Butter zufügen. Unter Rühren zum Kochen bringen. Wenn der Kokoskuchen vom Blech fertig ist, die Buttersahne über den heißen Kuchen verteilen.



Ratgeber

Nach mageren Jahren steigt die Rente nun stärker.

Dabei falle die Anpassung schwächer aus, als die Rentenschätzer im Herbst angenommen hätten, hieß es in dem Bericht. Der Schätzerkreis war noch von 2,75 Prozent ausgegangen.

Die genaue Renten Anpassung einschließlich der Differenzierung nach Ost und West will das Statistische Bundesamt am 26. März bekannt geben. Um den gleichen Prozentsatz wie die Renten steigen zum 1. Juli 2009 auch die Auszahlungen an die rund 6,6 Millionen ALG-II-Empfänger.

Nach der aktuellen Berechnung der Statistiker stiegen die Entgelte der Arbeitnehmer, an denen sich die Renten Anpassung orientiert, in Deutschland im vergangenen Jahr um 2,3 Prozent. Die Rentner profitieren überdies von der im Konjunkturpaket II vereinbarten Entlastung in der Krankenversicherung um 0,3 Prozentpunkte. Selbst unter Berücksichtigung der Inflationsrate von rund 0,8 Prozent liegt damit die reale Renten Anpassung bei zwei Prozent, die stärkste reale Erhöhung seit 1990. Zuletzt aktualisiert: 12. März 2009, 11:31 Uhr

RENOVIERUNGSKOSTEN UND UMZUG

Renovierungskosten müssen übernommen werden! Menschen die Arbeitslosengeld II erhalten haben bei einem Umzug grundsätzlich einen Anspruch auf Erstattung der Ausgaben für notwendige Renovierungsarbeiten bei Auszug aus der alten Wohnung.

Das gilt jedenfalls dann, wenn die Kosten angemessen sind und die Renovierung vertraglich vereinbart wurde, wie das Landessozialgericht Niedersachsen-Bremen in Celle entschied (Beschluss vom 11. September 2006, AZ: L 9 AS 409/06 ER).

Das Gericht folgte Paragraf 22, Absatz 1 SGB II

MEHRBEDARF UMGANGSRECHT BEI ALG II

Die Kosten, die durch Ausübung des Umgangsrechts mit den leiblichen Kindern entstehen, die beim anderen Elternteil leben, hat (zivilrechtlich) der Umgangsberechtigte zu tragen. Hierzu gehören u.a. Fahrtkosten und die Verpflegungskosten während der Anwesenheit des Kindes. Bezieht der Umgangsberechtigte laufende Hilfe zum Lebensunterhalt, kann er den entsprechenden Mehrbedarf beim Sozialhilfeträger geltend machen. Das Verwaltungsgericht Schleswig setzte den Sozialhilfeanspruch für den Besuchstag des Kindes auf 1/30 des maßgeblichen Regelsatzes fest.

Urteil des VG Schleswig vom 13.06.2002- 10 A 37/01- NJW 2003, 79

Schmerzensgeld wird nicht an das Arbeitslosengeld II angerechnet

Eine Anrechnung des Schmerzensgeld auf das Arbeitslosengeld II (ALG II) stellt eine besondere Härte dar, urteilte das Bundessozialgericht in Kassel. Ein erwerbsloser Mann aus Bayern hatte nach einem Unfall bereits im Jahre 1985 rund 36.000 Euro Schmerzensgeld erhalten. Dieses Geld legte der Mann in Geldanlagen und in mehrere Lebensversicherungen an. Der heutige Wert der Anlagen beträgt noch rund 30.000 Euro. Aus diesem Grund verweigerte die Arge

dem Betroffenen, die ALG II Zahlung. Daraufhin klagte der Mann vor mehreren Instanzen und bekam nun Recht vor dem Bundessozialgericht (BSG).

Das BSG urteilte (Az: B 14/7b AS 6/07 R), dass dem Mann sehr wohl reguläre ALG II Zahlungen zu stehen. Eine "Verwertung des Schmerzensgeld" würde eine "besondere Härte" darstellen. Es sei ausgeschlossen, Schmerzensgeld mit anzurechnen, wenn der Kläger glaubhaft machen kann, dass das "Vermögen" vom Schmerzensgeld stammt. Durch den besonderen Entschädigungscharakter erlaube das Gesetz keine Anrechnung des Schmerzensgeld sowie laufender Schmerzensgeld-Zahlungen. Früher gezahltes Schmerzensgeld unterliegt dem gesetzlichen Schutz. Im vorliegenden Fall konnte der Mann glaubhaft machen, dass die Geldanlagen aus den Schmerzensgeldzahlungen stammt. (15.09.2008)

Hartz IV Urteil: Das führen eines gemeinsamen Kontos ist nicht unbedingt ein Beleg dafür, dass eine Bedarfsgemeinschaft vorliegt

Das Hessische Landessozialgericht gab einem ALG II Empfänger Recht in der Frage, ob ein gemeinsames Konto tatsächlich ein Beleg für eine Bedarfsgemeinschaft sei. Die Richter urteilten: Ein gemeinsames Konto ist kein ausreichender Indiz dafür, dass eine Bedarfsgemeinschaft vorliegt.

In dem vorliegenden Fall hatte ein Mann seiner Vermieterin eine Konto-Vollmacht ausgestellt. Dies tat er deshalb, weil er der Frau vertraute und wollte, dass sie ihm das Geld einteilt. Um sich vor Schulden zu schützen, hat der Mann lediglich eine Bankkarte, mit der er nur Kontoausdrücke ziehen kann, jedoch kein Bargeld vom Geldautomaten abheben kann. Vor Gericht sagte der Mann, dass er nicht mit Geld umgehen könne und deshalb die Vollmacht ausstellte. Die Ämter sahen dies jedoch anders und sahen darin einen klaren Anhaltspunkt für eine Bedarfsgemeinschaft. Die Zahlungen von Sozialleistungen lehnte die Arbeitsagentur ab und verwies auf die angebliche Bedarfsgemeinschaft.

Die Richter am Landessozialgericht in Darmstadt gaben dem Kläger Recht. Einzig und allein ein gemeinsames Konto könne nicht ausreichen, um eine Bedarfsgemeinschaft zu deklarieren. Der Kläger und die Vermieterin würden nicht zusammen in einer Wohnung leben und es gebe auch sonst keine Anhaltspunkte für eine Bedarfsgemeinschaft. Die Arbeitsagentur muss nun das Arbeitslosengeld II sofort zahlen. (AZ L 7 AS 282/07 ER- Landessozialgericht Hessen- 18.12.07)



Ratgeber

In dem vorliegenden Fall hatte ein Mann seiner Vermieterin eine Konto- Vollmacht ausgestellt. Dies tat er deshalb, weil er der Frau vertraute und wollte, dass sie ihm das Geld einteilt. Um sich vor Schulden zu schützen, hat der Mann lediglich eine Bankkarte, mit der nur Kontoausdrücke ziehen kann, jedoch kein Bargeld vom Geldautomaten abheben kann. Vor Gericht sagte der Mann, dass er nicht mit Geld umgehen könne und deshalb die Vollmacht ausstellte. Die Ämter sahen dies jedoch anders und sahen darin einen klaren Anhaltspunkt für eine Bedarfsgemeinschaft. Die Zahlungen von Sozialleistungen lehnte die Arbeitsagentur ab und verwies auf die angebliche Bedarfsgemeinschaft. Die Richter am Landessozialgericht in Darmstadt gaben dem Kläger Recht. Einzig und allein eine gemeinsame Konto könne nicht ausreichen, um eine Bedarfsgemeinschaft zu deklarieren. Der Kläger und die Vermieterin würden nicht zusammen in einer Wohnung leben und es gebe auch sonst keine Anhaltspunkte für eine Bedarfsgemeinschaft. Die Arbeitsagentur muss nun das Arbeitslosengeld II sofort zahlen. (AZ L 7 AS 282/07 ER- Landessozialgericht Hessen- 18.12.07)

Haushaltstipps

HERRLICHER DUFT IM HAUS

Wie schön ist es, in ein Haus zu kommen, in dem es wunderbar würzig duftet! Zu solch köstlichen Düften kommt man nicht mit einem Raumspray aus dem Drogeriemarkt. Dagegen reichen einige wenige Gewürze, um Ihr Haus riechen zu lassen, als hätten Sie gerade Plätzchen gebacken. Geben Sie eine Hand voll ganzer Nelken oder eine Zimtstange in einen Topf mit Wasser und lassen Sie die Mischung ½ Stunde lang auf dem Herd köcheln. Oder streuen Sie 1-2 TL gemahlene Gewürze auf ein Backblech und stellen Sie das Blech ½ Stunden lang in den auf 100 °C erhitzten Backofen. Die Klappe halb geöffnet lassen. Bald strömt ein herrlich würziger Duft durch das Haus. Um Strom zu sparen, können Sie den Topf mit dem Wasser und den Gewürzen auch auf ein Stövchen stellen.

FLIEGENFÄNGER FÜR DIE DECKE

Ein selbst gemachter Ungezieferfänger befreit Sie von lästigen Fliegen und Mücken. Dazu eine Papprolle von Toiletten- oder Küchenpapier mit doppelseitigem Klebeband umwickeln. In ein Ende der Röhre zwei einander gegenüberliegende Löcher stechen, dann Bindfaden hindurch ziehen und zuknoten. Zum Schluss den Fliegenfänger an einer geeigneten Stelle aufhängen.

FLIEGENFALLE OHNE GIFT

Fliegen lassen sich auch ohne Gift vertreiben. Geben Sie 500ml Milch, 115g Rohrzucker und 60g gemahlene Pfeffer in einen Topf und lassen Sie die Mischung 10 Minuten lang unter gelegentlichem Rühren köcheln. Verteilen Sie die Mischung anschließend auf mehrere flache Schälchen, die Sie überall dort aufstellen, wo Fliegen stören, beispielsweise in der Küche oder auf der Terrasse. Der Geruch zieht die Fliegen an und sie ertrinken in der Flüssigkeit.

SAUBERE KÜCHENWÄNDE TROTZ BRATEN UND KOCHEN

Auch der sorgfältigste Koch kann gelegentliche Fettspritzer nicht verhindern. Doch gegen unschöne Fettflecken gibt es ein Mittel: Etwas Stärkemehl auf einen weichen Lappen streuen und den Fettfleck leicht abreiben, bis er verschwunden ist.

Naturapotheke

LINDENBLÜTEN wiegen sanft in Schlaf – **wenn...** der Kopf auch beim Zubettgehen noch Probleme wälzt, Nervosität und ein Dutzend kleiner Alltagssorgen vom Schlaf nur träumen lassen,...**dann** entkrampft die süß duftende Lindenblüte, hilft als sanftes Sandmännchen. Erste Erkältungsboten klopfen an? Die Schleimstoffe in der Blüte stillen Hustenreiz, beruhigen den kratzenden Hals. **EXTRA- TIPP:** Auch als Badezusatz löst ein extrastarker Tee aus der Baumbülte Krämpfe, glättet auch die Nerven überdrehter Kinder.

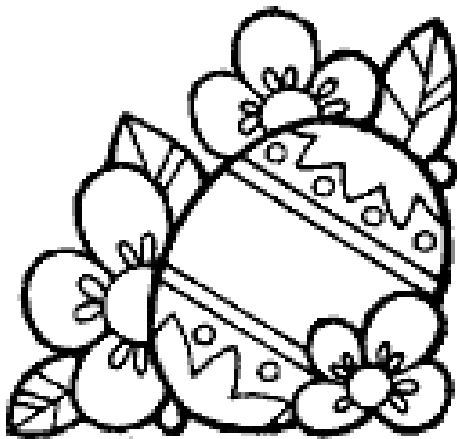
BASILIKUM kitzelt Lebensgeister wach – **wenn** Ihnen alles über den Kopf wächst, Lust – und Antriebslosigkeit Sie ausbremsen,...**dann** lädt ein Tässchen Basilikumtee die Energiespeicher wieder auf. Einige frische Blätter mit heißem – nicht kochendes Wasser übergießen, 7 Min. ziehen lassen. Das Eugenol im Kraut stimmt heiter, das Magnesium relaxt. **EXTRA-TIPP:** Zum Tee am besten ein paar Nuss – oder Mandelkekse knabbern – das Tryptophan in den Kernen verstärkt den Muntermach – Effekt des Würzkrautes.

SALBEI stoppt Kitzelhusten und Halsweh – **wenn...** Sie ein trockenes Husteln quält, der Hals beim Schlucken sticht und die Bronchien zicken, ...**dann** kommt am besten die Mutter aller Heilpflanzen zum Einsatz: Salbei hat als Aufguss ein Herz für die Schleimhäute, nimmt mit Gerbstoffen und den ätherischen Ölen Thujon und Kampfer jede Angina aufs Korn, wirkt entzündungshemmend und pilztötend. **EXTRA – TIPP:** Den Bauch verkühlt? Der Wirkstoff – Mix im Salbei(-Tee) bringt auch Magen und Darm ins Lot.

Amüsantes

Lebensweisheit

Lachen ist ansteckend
 Es erwischt dich wie eine Grippe.
 Wenn mir jemand mit einem Lächeln
 begegnet, gebe ich es gleich weiter.
 Jeder sieht mein Grinsen.
 Wenn ich die Leute sehe wie sie lächeln,
 dann weiß ich, sie haben mich wahr
 genommen. Ein einziges Lächeln kann
 wie ein Schatz um die Welt gehen.
 Wenn du gerade jetzt ein lächeln
 verspürst, lass es nicht unbemerkt.
 Starte eine Epidemie und infiziere
 die Welt.
 Nimm dieses Lächeln und schicke es
 einem Freund " DENN"
 "Jeder braucht ein Lächeln" !!!!



Und hier noch ein schönes Gedicht für die Älteren (ab 20 Jahre) unter uns

Das Alter kommt

Ewig fliegt man nicht als Falter,
 eines Tages kommt das Alter.

Aus dem Falter wird die Falte,
 aus dem Schnucki wird die Alte.
 Aus dem Jüngling wird der Greis,
 ewig ist nur der Verschleiß.

Gestern noch mit flotten Flügeln,
 heute sind die Runzeln da.
 Da hilft kein kosmetisch bügeln,
 da hilft keine AOK.

Wer mit flinkem Fuß gewippt hat,
 schlurft nun - mit knarrendem Gelenk.
 Und Du merkst auf einmal deutlich:
 Man ist älter als man denkt.

Auf des Lebens grüner Wiese
 ist das duft'ge Gras gemäht,
 abseits jeder Jugendkrise
 lebt man funkstill und Diät.

Soll man flennen nun und jammern,
 weil man nunmehr ausgeschrirt,
 soll man sich an früher klammern,
 weil man täglich klammer wird?

Ist in dieser engen Runde
 auch die Welt nicht mehr so bunt,
 Freundchen auch die Abendstunde
 hat noch manchmal Gold im Mund

Sei vorm Alter nicht so feige,
 ändre einfach dein Programm.
 Spielt man nicht mehr erste Geige,
 bläst man eben auf dem Kamm.

Und nun noch etwas Für die Jugend (unter 20 Jahre)

Die Jugend, wie sie immer war

Ein Junge will vom Weihnachtsmann
 am liebsten einen Hampelmann.
 Die Mädchen, anders als die Knaben,
 die möchten gern ein Püppchen haben.
 Wenn sie dann groß und aufgeklärt,
 ist das Verhältnis umgekehrt.
 Ein Püppchen suchen sich die Knaben,
 'nen Hampelmann will's Mädchen haben,
 den es fest an der Strippe hält
 und zappeln lässt, wie's ihr gefällt.
 Vielleicht wird mancher protestieren:
 "Mir könnte so was nicht passieren,
 ich bin ein gewiefter Frauenkenner!"
 Das sind die größten Hampelmänner.

„Ich bin im metallischen Alter.“ – „Wieso?“ – Silber im Haar,
 Gold in den Zähnen und Blei in den Füßen!“

Ein Beamter sitzt am Schreibtisch und stöhnt leise vor sich
 hin. „Was hast du denn“, fragt ihn ein Kollege. „Ich habe mir
 beim Blumengießen einen Kaktusdorn in den Finger gesto-
 chen.“ „Und warum ziehst du ihn nicht heraus?“ – „Was jetzt
 in der Mittagspause?“

Amerikanische Forscher haben in einem geheimen Labor die
 Spezies Mann bis zur Perfektion weiterentwickelt. Heraus
 kam eine vibrierende Kreditkarte, die den Müll runter trägt.

Neben dem Münzeinwurf des Kondomautomaten klebt ein
 Schild, auf dem steht: „Bei Reklamation hier Baby einwer-
 fen!“



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

Suche

Drei-Sitzer-Couch mit Schlaffunktion (gut erhalten)

Bitte Preis oder Tauschobjekt angeben.

Tel.: 0351-3234511

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

Veranstaltungen in Freital

Am 8. und 9. Mai findet im „Potschappler Bahnhof“ ein großer Tanzabend statt mit der „Power Discothek Dresden“!

Es sind alle ganz herzlich dazu eingeladen.

Beginn: 21 Uhr

Ostern

Wir wünschen all unseren Lesern und Ihren Familien ein schönes Osterfest und vor allem den Kindern einen fleißigen Osterhasen.



Die Redaktion "Pot-Report" und die Mitarbeiter vom "Förderkreis BIOTEC e.V."

Nachbestellung des POT-Report

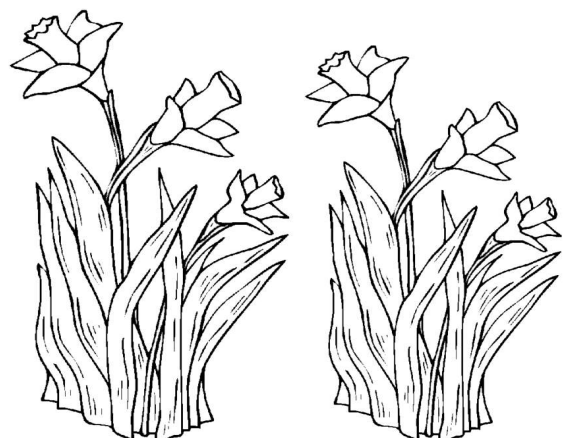
Sollte die Ausgabe vergriffen sein können Sie sich unter folgender Telefonnummer 0351- 64636931 Exemplare nachbestellen. Des Weiteren ist es möglich unsere Zeitung unter folgender Adresse selbst abzuholen:

Förderkreis BIOTEC e.V.

Gutenbergstraße 12

01705 Freital

(in der Nähe des Potschappler 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 : **Case Management - 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: 02.04.2009)

Kerstin Holmann

Susann Sonka

Sylvia Ziegerrahn

Kathrin Sieber

Andreas Kühn

Walentina Reschetnikow

Ida Herb

Norbert Dittrich

Maria Schaulin

Natalia Kraus

Anke Stöcker

Swetlana Zapowa

**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 vorbeischauen. Wir sind montags bis donnerstags von 8.30 Uhr bis 14.30 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