



Mit Herz + Hand

Mitgliederzeitung des Arbeiterwohlfahrt Bezirksverband Potsdam e.V.

Ausgabe 02/2007



Kinder sind unsere Zukunft

10 Jahre AWO Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH



Themen

Seite 3

NEUER VORSTAND
GEWÄHLT

Seite 5

UNTERWEGS MIT
DER WALDKITA

Seite 7

LERNEN FÜR DEN
TRAUMBERUF

Seite 9

AUS DEN
ORTSVEREINEN

Seite 13

ERZIEHUNGSHILFE IM
ELTERN-KIND-ZENTRUM

Seite 14

ESSSTÖRUNGEN

Seite 19

IMPRESSUM

Kindergeschrei ist Zukunftsmusik



Norbert Schweers

In den letzten zwei bis drei Jahren ist Kinder- und Familienpolitik in aller Munde. Wie ist das plötzlich möglich? Waren in den letzten Jahren nicht immer andere Themen wichtig? Warum überflügeln sich Politiker aller Couleur in jüngster Zeit mit neuen Vorschlägen und Versicherungen, dass wir alle natürlich schon immer familienfreundlich aufgestellt waren?

Sicherlich haben einige Studien wie PISA und der UNO aufgerüttelt. Aber wurde nicht recht ratlos zugehört wie die Geburtenraten sanken, Schulen und Kitas geschlossen werden mussten und Kinderarmut zunahm?

Inzwischen geht ein Ruck durch das Land. Wir brauchen mehr Krippenplätze, eine bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf, mehr Bildung, um den Anforderungen des Arbeits-

lebens gerecht werden zu können. Das ist alles richtig und wir sollten froh sein, dass wir die Diskussion endlich haben. Leider habe ich oft den Eindruck, dass das Thema zu materiell diskutiert wird. Diese Ebene ist wichtig und muss ihren Platz haben. Aber wollen wir im nächsten PISA-Vergleich deswegen besser abschneiden, weil uns das letzte Ergebnis wurmt oder weil wir festgestellt haben, dass das Klima im Land und unser System von Bildung, Betreuung und Erziehung runderneuert werden muss? Schlechte Beispiele zum Thema Klima gibt es noch genug: In Hamburg wurde vor einiger Zeit eine Kita geschlossen, weil Nachbarn erfolgreich wegen Lärmbelästigung geklagt hatten... Sollte aber Kindergeschrei nicht unsere Zukunftsmusik sein?!

Gleich vorweg: Wenn wir uns die Potsdamer Bedingungen und Zahlen anschauen, besteht leicht die Gefahr selbstgenügsam zu sein. Die Landeshauptstadt wächst. Viele Familien wählen Potsdam als Wohnort, die Geburtenzahlen steigen. Freizeit, Arbeit und Beruf lassen sich hier sehr gut verbinden. Wir halten mehr als 11.000 Kitaplätze vor – Tendenz steigend. Aber damit nicht genug: Die Potsdamer Stadtverordnetenversammlung nahm sich im vergangenen Jahr vor, in Zukunft „beispielge-

bende kinder- und familienfreundliche Gemeinde“ zu sein. Auf allen Ebenen städtischen Handelns soll Kinder- und Familienfreundlichkeit eine Hauptrolle spielen. Die Rahmenbedingungen in unserer Stadt sollen sich nachhaltig und stetig für Familien verbessern.

Ich halte dieses Vorhaben für sehr zukunftsorientiert und schon im Ansatz gründlich und langfristig angelegt. Sollten wir dafür einen Preis erhalten – OK, sollten wir auf diesem Gebiet für andere beispielhaft sein – noch besser. Entscheidender aber ist, dass hier der Wert Kinder- und Familienfreundlichkeit an sich erkannt wurde und eine Selbstverpflichtung daraus wurde.

In 14 Kindertageseinrichtungen stellt der Bezirksverband der Arbeiterwohlfahrt mehr als 2400 Betreuungsplätze zur Verfügung. Als einer der ersten Träger werden in den Einrichtungen der AWO die Grundsätze der elementaren Bildung festgeschrieben sowie schon früh ein Qualitätsmanagementsystem installiert. Die AWO ist aber auch auf vielen anderen Feldern der Jugendhilfe tätig. Im Arbeitsfeld der Hilfen zur Erziehung werden Jugendwohngruppen, Erziehungsstellen, flexible Erziehungshilfen und eine Tagesgruppe vorgehalten. Außerdem ist

die AWO mit dem ersten Eltern-Kind-Zentrum aktiv und betreibt eine überregionale Frühförderstelle.

Diese Dienstleistungspalette wurde sehr behutsam und immer bedarfsgerecht aufgebaut. Als starker Partner ist die AWO immer wieder bereit Neuland zu betreten und bisweilen auch gegen Widerstände moderne Konzepte zu entwickeln. Gute Beispiele sind hier das AKI-Projekt (Andere Kinderbetreuung) in Babelsberg und das Eltern-Kind-Zentrum am Stern. Bemerkenswert ist, dass in jeder AWO-Einrichtung immer Herz und Fachlichkeit im Einklang stehen.

Die AWO kann also mit Fug und Recht behaupten, dass bei ihr Kindergeschrei Zukunftsmusik ist. In diesem Sinne sei allen haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitern an dieser Stelle ganz herzlich für ihr Engagement und für die gute Zusammenarbeit gedankt.

Norbert Schweers
Fachbereichsleiter
Jugendamt der Landeshauptstadt Potsdam

Bei der 5. Bezirksdelegiertenkonferenz Anfang Juni wurde der neue Vorstand für die nächsten vier Jahre gewählt.

Wir stellen die Mitglieder vor!



André Saborowski

Herr Saborowski (**Vorsitzender**) ist seit 2004 Mitglied der AWO.

Der Jurist ist seit 10 Jahren anwaltlich mit der AWO verbunden und berät diese in verschiedenen Bereichen.



Sieglinde Asmus

Frau Asmus (**stellv. Vorsitzende**) ist Mitglied im AWO Ortsverein Babelsberg, Stern, Drewitz, Kirchsteigfeld. Sie arbeitete lange Jahre bei der AWO in den Bereichen Budget, Controlling und Kostensätze.



Frank Fuhrmann

Herr Fuhrmann (**stellv. Vorsitzender**) ist seit 1994 Geschäftsführer der AWO „Reisen mit Herz“.

Herr Fuhrmann ist Diplom-Sportlehrer.



Ina Dorbritz

Bereits seit 1991 ist Frau Dorbritz (**Beisitzerin**) Mitglied der Arbeiterwohlfahrt. Sie arbeitet seit über 10 Jahren ehrenamtlich und aktiv als Beisitzerin im Bezirksvorstand mit.

Frau Dorbritz ist Fremdsprachenlehrerin und derzeit am Oberstufenzentrum I in Potsdam beschäftigt.



Günter Förster

Herr Förster (**Beisitzer**) ist seit 1993 Mitglied der AWO. Er war von 1991 bis 2005 bei der AWO in verschiedenen Leitungsfunktionen tätig.



Manfred Eichelbaum

Seit 1994 ist Herr Eichelbaum (**Beisitzer**) Mitglied der AWO. Derzeit ist er Vorsitzender des AWO Ortsverein Wittstock e.V..



Peter Hösel

Herr Hösel (**Beisitzer**) ist seit 1993 AWO-Mitglied im Ortsverein Premnitz und seit 1998 Revisor in seinem Ortsverein. Von 1990 bis 2003 war er Stadtverordneter in Premnitz.



Gudrun Braksch

Frau Braksch (**Revisorin**) ist seit 1993 bei der AWO beschäftigt, anfänglich als Praxisberaterin für Kitas und später als Referentin für Behindertenhilfe und psychosoziale Hilfen.

Derzeit ist sie beim AWO Bundesverband in Berlin tätig als Referentin für Behindertenhilfe und Psychiatrie.



Alfred Schultze

Herr Schultze (**Revisor**) ist seit 2001 Mitglied der AWO und stellvertretender Vorsitzender des AWO Ortsvereins Werder e.V..

Wir blicken zurück

Die AWO Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH wird 10 Jahre alt.

POTSDAM ■ Die AWO Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH wurde im April 1997 gegründet. Dabei handelt es sich um eine professionelle Art der Spezialisierung, die insbesondere dazu dient, Know-how im Kinder- und Jugendhilfemanagement einzubinden. Der Gesellschafter der gGmbH ist der Arbeiterwohlfahrt Bezirksverband Potsdam e.V.. Die dazugehörige Tochtergesellschaft ist die AWO Potsdam Socialmanagement GmbH.

Die Arbeit begann im Jahr 1997 als Träger von 4 Kindertagesstätten mit insgesamt 99 Beschäftigten. Im Laufe der vergangenen 10 Jahre konnte sich die AWO Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH als freier Träger der öffentlichen Jugendhilfe in der Landeshauptstadt Potsdam auf qualitativ hohem Niveau etablieren. Auch das Tätigkeitsfeld ist über das ursprüngliche der Kindertagesbetreuung hinaus gewachsen.

Bereits im Jahr 2000 waren 10 Kindertagesstätten und zwei Einrichtungen der stationären Hilfe zur Erziehung, das Kinderheim in Sacrow sowie der AWO Kinder- und Jugendhilfeverbund mit verschiedenen Wohnprojekten für Kinder und Jugendliche, Betriebsteile des Unternehmens. Im Januar 2005 wurden die Kinder- und Jugendhil-

feinrichtungen des AWO Kreisverbandes Potsdam e.V. in die AWO Kita Potsdam gGmbH integriert. Um die insgesamt erweiterte Angebotspalette der gGmbH auch nach außen zu verdeutlichen, erfolgte im März 2006 die Umfirmierung zur AWO Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH.

Heute ist die AWO Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH Träger von 14 Kindertageseinrichtungen in der Landeshauptstadt Potsdam. Dazu kommen verschiedene ambulante und stationäre Hilfen zur Erziehung wie z.B.: Jugendwohngruppen, Erziehungsstellen, Tagesgruppe und ambulante Hilfen in den Familien. Weiterhin führt die gemeinnützige Gesellschaft eine überregional arbeitende Frühförder- und Beratungsstelle und das erste Eltern – Kind – Zentrum der Landeshauptstadt im Stadtteil „Am Stern“.

Die AWO Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH beschäftigt gegenwärtig 309 Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in allen Bereichen. Um die Qualität der Arbeit weiter zu sichern, erarbeitet die Kinder- und Jugendhilfe gegenwärtig Qualitätsstandards nach dem AWO Qualitätsmanagementsystem.

Die Bildungs-, Erziehungs-, Betreuungs-, Versorgungs- und Unterstützungsange-



Die Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle der AWO Kinder- und Jugendhilfe gGmbH in Potsdam

bote richten sich an Kinder, Jugendliche und Familien. In den Einrichtungen ermöglicht die gGmbH allen Kindern und Jugendlichen, unabhängig von ihrer nationalen Herkunft, sozialen Stellung und Konfession gleiche Entwicklungs- und Bildungschancen.

In den Einrichtungen der ambulanten und stationären Hilfe zur Erziehung steht insbesondere die Unterstützung und Stärkung sozial benachteiligter Familien, Familien in Krisensituationen, Eltern mit Erziehungsproblemen bzw. Familien, in denen sich die Beziehungsgestaltung zwischen Eltern und Kindern als schwierig erweist, im Vordergrund.

Der Kinder- und Jugendhilfeverbund bietet als stationäre Einrichtung für Kinder und Jugendliche je nach Problemlage und Alter des Betroffenen unterschiedliche Wohnformen an. Entgegen ihren bisherigen

Erfahrungen erleben die Kinder und Jugendlichen in der Einrichtung, dass sie ernst genommen werden sowie Verlässlichkeit und Kontinuität im Umgang mit Erwachsenen.

In den Kindertagesstätten stellt die AWO Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH in der Landeshauptstadt Potsdam insgesamt 2418 Plätze für Kinder ab dem 2. Lebensmonat bis zum 12. Lebensjahr (Hort) zur Verfügung. Die Öffnungszeiten der Kita's richten sich nach dem Betreuungsbedarf der Eltern. Zu diesem Zweck werden regelmäßig Analysen angefertigt und ausgewertet.

Große Feier zum 10-jährigen Jubiläum der AWO Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH.

Los geht es am 8. September 2007 von 14:30 Uhr bis 18 Uhr im Volkspark Potsdam.

Unsere Waldkinder

Tagesausflug mit der Waldkita

POTSDAM ■ Es soll heiß werden an diesem Montag im Juli. Meteorologen haben sogar den heißesten Tag des Jahres vorausgesagt. Die dichtstehenden Laub- und Nadelbäume im Forstgebiet nahe der Waldstadt Potsdam versprechen ausreichend Schutz vor den Sonnenstrahlen. Es riecht nach feuchtem Holz, nach Moos und nach Pilzen. Stille. Nur gedämpftes Vogelgezwitscher ist zu hören. Der Wald ruht. Da, plötzlich, hört man Kinder lachen und miteinander scherzen. Noch weit entfernt und kaum wahrnehmbar. Die Bäume filtern die Geräusche und doch nimmt man sie wahr. Die Stimmen werden lauter und wenig später werden die, die sie hervorbringen sichtbar. Eine Gruppe Kleinkinder bewegt sich durch das Gestrüpp. Mit vorsichtigen Bewegungen werden von den Kindern sämtliche Details der Umgebung wahrgenommen. Fast scheinen sie mit der Natur eins zu sein.

Doch schauen wir einige Stunden zurück. Es ist 8 Uhr. In der AWO-Kita „Spatzenhaus“ in der Potsdamer Waldstadt herrscht reges Treiben. Eltern, die ihre Schützlinge abgegeben haben, eilen schnell davon. Die Arbeit ruft. Eine kleine Gruppe Kinder hat es ebenfalls eilig. Schuhe werden angezogen, Rucksäcke aufgeschlüsselt. Die Kinder der

Waldkita machen sich bereit für den täglichen Ausflug in die Natur. Schnell wird von den pädagogischen Fachkräften noch das geplante Ausflugsziel an die Wand gepinnt und schon geht es los. Der Weg zum Moosbett steht auf dem Programm.

Am Rand des Waldes die erste Pause. Einige Kinder fehlen noch. Diese werden von den Eltern direkt zum ausgemachten Treffpunkt gebracht. „Der Großteil der knapp 20 Kinder kommt aus weiter entfernten Stadtteilen“, erzählt Sandra Übel, Mitinitiatorin der Waldkita. „Nur ein Kind wohnt auch in der Waldsiedlung“, sagt sie fast ein wenig bedauernd. Warum das so sei, dafür habe sie auch keine Erklärung.

Mittlerweile sind auch die letzten „Kinder des Waldes“ eingetroffen und so macht sich die Gruppe auf den Weg. Zu den Erwachsenen gehören pädagogische Fachkräfte und zwei Jugendliche, die dort ihr Freiwilliges ökologisches Jahr geleistet haben und zu Besuch da sind.

Ein alter Baum erscheint am Wegesrand, viele Löcher sind am Stamm zu erkennen. Der „Spechtbaum“ dient als erster Halt auf der Exkursion. Die Kinder stellen sich zusammen mit den Erzieherinnen in einem Kreis auf. Joel, der Kleinste in der Runde, hatte einen



Auf Tuchfühlung mit der Natur

Tag zuvor Geburtstag. Die anderen singen ein Lied für ihn.

Der Weg zum nächsten Haltepunkt im Wald dauert etwas länger. Immer wieder bleiben die Kinder stehen und entdecken Dinge, die nur geschulte Augen sehen können. Im Gestrüpp, nahe am Wegesrand, liegt ein toter Schmetterling. Mit fast zeremoniellen Bewegungen wird ihm von Kinderhänden ein kleines Grab geschaufelt – eine Blume dient als Verzierung für das tote Insekt – Tobias, wird der Schmetterling von den Kindern genannt,

hat seine letzte Ruhestätte gefunden.

Es geht weiter in den Wald hinein. Jogger rennen vorbei und lächeln, wenn sie an den Kindern vorbei laufen. „Ein Pilz!“, ruft eines der Kinder und alle rennen hin. Tatsächlich, und was für ein großes Exemplar. Alle wundern sich, dass es in dieser Jahreszeit überhaupt Pilze gibt. „Birkenpilze wachsen auch im Juli“, ruft da Ole. Der fünfjährige Junge mit den großen Augen kennt sich mit den verschiedenen Pilzsorten am besten aus. Wie ein langjährig erfah-

rener Förster unterteilt er die Pilze in essbar und ungenießbar, die die anderen Kinder mittlerweile gefunden haben. „Vor dem Bitterling sollte man sich in Acht nehmen“, sagt Ole. Der könne einem jedes Essen versauen.

Bald darauf ist das Ausflugsziel erreicht. Mehrere kurze Baumstämme liegen im Kreis. Es ist merkwürdig still an dieser Stelle. So, als ob der Wald lauschen würde, was seine kleinen Gäste ihm wohl diesmal erzählen. Und tatsächlich. Die Kinder stehen auf und fassen sich an den Händen. Mit einem Vers begrüßen sie fast andächtig den Hain, bevor Getränke und

Die Erzieherin Ute Freitag bastelt Ketten aus Rot-eicheln. Für sie sei ein kleiner Traum in Erfüllung gegangen, sagt sie. Als man das Konzept der Waldkita dem AWO Bezirksverband Potsdam e.V. vorgestellt habe, hätte dieser als freier Träger sofort zugestimmt. Das Konzept „Waldkinder statt Stubenhocker“ ging auf. Und mehr noch. „In Zusammenarbeit mit den Eltern der Kinder wird das Angebot immer weiter ausgebaut“, sagt Sandra Übel stolz. Eine Oma hätte sich bereit erklärt, den Kids Englischunterricht zu geben. Auch über eine überdachte Werkstatt würde man nachdenken.



Der Wald als Zuhause

Essen ausgepackt werden. Es dauert nicht lange, da greifen die ersten Mücken an. Sie kommen einem hier größer vor als in der Stadt. Den Kindern machen die Plagegeister allerdings nichts aus. Die sind schon längst in sämtliche Richtungen unterwegs, auf der Jagd nach weiteren Pilzen.

Ole läuft bedächtig mit einem hellen Stoffbeutel durch das Unterholz. Der Beutel ist halbvoll mit verschiedenen Pilzen. „Das gibt heute Abend eine schöne Mahlzeit“, sagt er und richtet den Blick schon wieder auf den Waldboden. Währenddessen schlägt Jaron, ein fünfjähriger Junge



Motorische Fähigkeiten stärken

mit strohblonden Haaren, auf einen Baum ein. Schnell ist Ute Freitag zur Stelle. Sie fragt ihn, warum er nicht

„Der Schmetterling will freisein, genau wie du.“

auf einen toten Baum einschlägt. Dieser würde noch leben und die Rinde wäre doch seine Haut. Es funktioniert. Jaron sucht sich einen vom Sturm umgeknickten Baum. Sensibilisierung heißt das Zauberwort in der Waldkita. Sinneswahrnehmung und motorische Fähigkeiten der Kinder stärken, so steht es auf der Internetseite der Waldkita Potsdam. Diese wurde übrigens auch von den Eltern mitgestaltet.

Es ist Zeit für den Rückweg. Pünktlich zum Mittagessen wollen die Kinder wieder in der Kindertages-

stätte sein. Vorher wird noch in Ruhe getrunken. Dann werden die Rucksäcke aufgesetzt und der Weg in Richtung Waldausgang eingeschlagen. Vorbei an den verschiedenen Haltepunkten, am Grab des Schmetterlings und an den vielen nicht gefundenen Pilzen. Unterwegs wird noch ein metallisch glänzender Mistkäfer gerettet und am Wegesrand abgesetzt. Außerhalb des Waldes wird ein Fliederbusch mit Schmetterlingen bestaunt. Jaron möchte am liebsten einen fangen. „Der Schmetterling will freisein, genau wie du“, ertönt da die Stimme von Sandra Übel. Jaron überlegt. Offenbar kommt er zu dem Schluss, dass frei sein wirklich besser ist, als in Gefangenschaft zu leben. Dann schaut er kurz zurück zum Wald. ■ (Red.)

Lernen für den Traumberuf

von Nicolle Rygelski



Nicolle Rygelski

POTSDAM ■ Als Kind hatte ich den Wunsch Kassiererin zu werden, vor allem aber wollte ich später mit Menschen zusammenarbeiten.

Als ich mich nach zehn Jahren Schule entschied ein Fachabitur zu machen, war es gar nicht so einfach für mich, meine beiden Wünsche miteinander zu verbinden. Es war schwierig, mich zwischen dem sozialen und wirtschaftlichen Bereich zu entscheiden.

Ich beschloss, ein zweijähriges Fachabitur für Wirtschaft und Verwaltung zu absolvieren. Da dieses Abitur auch einen praktischen Ausbildungsschwerpunkt beinhaltete, bewarb ich mich um einen einjährigen Praktikumsplatz beim damaligen AWO Kreisverband Potsdam e.V.. Dank der Arbeiterwohlfahrt konnte ich somit das Eine mit dem

Anderen verbinden und so wurde mein Zwiespalt, nur im wirtschaftlichen oder nur im sozialen Bereich zu arbeiten, aufgehoben.

Ganz unbekannt war ich der Arbeiterwohlfahrt nicht, da ich bereits zum Ende meiner Schulzeit an den Wochenenden als Aushilfe im Wirtschaftsbereich des Seniorenzentrum „Käthe-Kollwitz-Haus“ in der Waldstadt arbeitete. Dort engagierte ich mich auch zu Festlichkeiten und gestaltete zusammen mit meiner Schwester, das ein oder andere Programm für die Bewohner z.B. zu Weihnachten, was uns große Freude bereitete und die Bewohner aus ihrem Alltag entführte.

Mein Praktikum absolvierte ich dann in der Suchtberatungsstelle und im Familienhaus der Arbeiterwohlfahrt, wo neben Bürotätigkeiten natürlich soziales Engagement ganz groß geschrieben wird.

Das mit Erfolg bestandene Abitur reichte jedoch nicht aus, um in der Berufswelt Fuß zu fassen und so entschied ich mich für eine Ausbildung zur Bürokauffrau. Da mir das einjährige Praktikum bei der Arbeiterwohlfahrt gute Werte vermittelte und mir die Arbeit gefiel, bewarb ich mich im Frühjahr 2002 um einen Ausbildungsplatz und begann am 19.08.2002 mei-

ne Ausbildung. Da diese mehrere Bereiche abdecken sollte, wurde ich in meiner Lehre mit vielen Dingen vertraut gemacht.

Das erste Jahr war ich in der Suchtberatungsstelle eingesetzt. Dort bestand mein Aufgabenfeld vor allem in der Annahme von Telefonaten, das Aufbereiten von Akten und vielen anderen Arbeiten im Verwaltungsbereich. Aber auch hier wurde neben der Büroarbeit soziales Engagement bei Veranstaltungen z.B. „Gesundheitswoche im Stern Center“ abverlangt.

Anschließend wurde ich in der Finanzbuchhaltung des AWO Kreisverband Potsdam e.V. ausgebildet. Obwohl ich anfangs Zweifel hatte, ob mir diese Arbeit liegen würde, wurde ich vom Gegenteil überzeugt, denn auch das Aufbereiten von Zahlen und Fakten gehört zur sozialen Arbeit dazu, denn nur so kann ein Betrieb auch wirtschaftlich existieren.

In den letzten 6 Monaten meiner Ausbildung war ich im Sekretariat eingesetzt. Zu den Aufgaben einer Sekretärin gehören der Telefondienst, das Beschaffungswesen, den Schriftverkehr vorbereiten, Terminüberwachung und vieles vieles mehr. Nach drei Jahren Ausbildung legte ich schließlich am 13.06.2005 meine Prüfung bei der In-

dustrie und Handelskammer (IHK) ab. Und glauben Sie mir, ich war aufgeregt an diesem Tag. Mir wurden zwar drei Jahre theoretische und praktische Fachkenntnisse vermittelt, aber die Selbstzweifel spielen eine große Rolle.

20 Minuten Prüfungsfragen und dann nach 10 Minuten war es gewiss, ich hielt das Zeugnis mit der bestanden Urkunde in meinen Händen. Ich hatte es also geschafft und darf mich Bürokauffrau nennen.

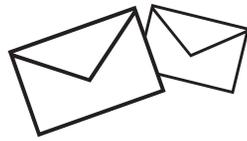
Nun könnte man ja denken, alles hat ein Ende nach der bestandenen Prüfung, jedoch ging es weiter bei der Arbeiterwohlfahrt.

Am 14.06.2005 erfolgte die Übernahme als Verwaltungsangestellte in ein unbefristetes Arbeitsverhältnis bei der AWO Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH und wieder kann ich meinen Kindheitstraum Soziales und Wirtschaftliches miteinander zu verbinden, weiterleben.

Alles in Allem kann ich heute von einer achtjährigen Beschäftigung bei der Arbeiterwohlfahrt sprechen. Ich hoffe, es werden noch viele Jahre mehr werden...

Nicolle Rygelski

Leserbriefe



„Die spannende Zeit der Eingewöhnung“

■ Am 10. April 2006 wurde unser Sohn geboren. Ich hatte mich für eine einjährige Babypause entschieden. Anfang 2007 wollte ich ihm den Kontakt zu anderen Kindern nicht länger vorenthalten und durchstreifte das Internet nach Angeboten für Krabbelgruppen. Schnell kam ich zu der Erkenntnis, dass es nicht viele Angebote gab, die zu uns passten. Da kam mir die Spielgruppe der KITA „Spatzenhaus“ gerade recht. Jeden Dienstag traf man sich mit anderen Kindern und Müttern zum Spielen und Reden.

Die Kinder fühlten sich unter der Anleitung der erfahrenen und einfühlsamen Erzieherin wohl und behütet und ich lernte neue Menschen kennen. So sammelten wir beide neue Erfahrungen.

Am 23. März hatte ich kurzfristig mit einer meiner Bewerbungen Erfolg – Arbeitsbeginn 1. April. Das verlangte große Flexibilität von Eltern und Kita, doch ich hatte Glück. Trotz einer recht großen Kinderschar wurde mein Sohn aufgenommen und es begann die spannende Zeit der Ein-

gewöhnung, für die mir selbst nur eine Woche Zeit blieb, aber auf Grund des liebevollen Personals lief – abgesehen von ein paar Krokodilstränen – alles prima.

Später übernahmen Oma und Opa meinen Teil der Eingewöhnung und ich war anfangs recht zwiegespalten. Einerseits stürzte ich mich voller Ehrgeiz in die neue berufliche Aufgabe, andererseits waren die Gedanken bei meinem Kind, das täglich neue Herausforderungen zu bewältigen hatte.

Nach vier Wochen konnte ich dank der intensiven Betreuung und der ständigen individuellen Absprache mit den Großeltern die volle Betreuungszeit in Anspruch nehmen.

Ich bin glücklich, dass mein Kind jeden Morgen lachend aus dem Auto steigt und sich auf die anderen Kinder freut.

Kathrin Donath

„Es geht uns wieder gut“

■ Wie oft fühlt man sich als Eltern überfordert und ausgelagt! Wie oft denkt man, das schaffe ich einfach nicht mehr!!! So gern würde man mit jemandem reden, aber wohin soll man sich wenden? Die eigenen Eltern? Sich Freunden anvertrauen? Sich im Kindergarten oder in der Schule an einen Pädagogen wenden? Oder zum Jugendamt gehen? Es beschleicht einen das Gefühl, keine gute Mutter oder kein guter Vater zu sein, wenn man sich mit anderen über die Erziehungsprobleme der eigenen Kinder unterhält und zugeben muss, dass man keinen Rat mehr weiß. Ich als Mutter eines einjährigen Sohnes fühlte mich schlecht. Unser Sohn hat

Hummeln im Po. Er kann keine zwei Minuten still sitzen. Bei allem, was mein Kind anstellte, dachte ich: Der macht das mit Absicht! Ich war so fertig! Ich hatte überhaupt keine Kraft mehr!

Mein Lebensgefährte und Kindsvater konnte es nicht verstehen. Er war den ganzen Tag arbeiten und wenn er nach Hause kam, dann lag der Kleine schon im Bett und schlief. Zu unserem Unglück muss er auch noch auf Montage fahren, wo ich dann zwei oder mehr Wochen allein bin. Wenn ich mit meiner Mutter darüber sprach, hat sie mich nie verstanden. Es kamen Sätze wie: Ich hatte vier Kinder und du nur eins!

Stell dich nicht so an! Zum Jugendamt gehen? Um in eine Maschinerie aus Bürokratie hinein zu geraten und selbst keinen Einfluss auf den Ausgang zu haben? Ständig den drohenden Zeigefinger vor Augen zu haben? Nein, das wollte ich nicht!

In unserem Kindergarten las ich dann am schwarzen Brett vom EKIZ, dem Eltern-Kind-Zentrum in der Pietschkerstraße.

Meine Freundin sagte, dass ich da mal unbedingt hingehen solle. Dort könne mir geholfen werden. Ich war sehr skeptisch! Und nachdem ich tagelang darüber nachdachte, gab ich mir einen Ruck! Als ich dort

ankam, wurde ich freundlich empfangen. Frau Karth, die Leiterin der Einrichtung, fragte mich, was ich denn auf dem Herzen habe und aus mir sprudelte es nur so heraus. Ich will meine Erziehungsmethoden ändern! Ich will ruhiger werden und auf mein Kind eingehen, damit die Eltern-Kind- und Mutter-Kind-Beziehung nicht zerstört wird. Ich will, dass es meinem Kind gut geht! Das war vor drei Monaten. Heute kann ich eine erste Bilanz ziehen und sagen: Ja, es geht uns gut! Es wurde durch verschiedene Lösungsvorschläge gezeigt, wie ich mit unserem Sohn entspannter und ruhiger umgehen kann. Und es funktioniert!

Marleen Hofmann

Neschholz

Planepokal der Feuerwehr Neschholz

NESCHHOLZ ■ Die Geschichte des AWO-Ortsverein Neschholz e.V. zu erzählen, dürfte wohl abendfüllend sein. Denn diese besteht seit 1994 als Ortsgruppe und seit Juni 2006 als eingetragener Verein. Seither beteiligt sich der AWO-Ortsverein aktiv im kleinen Dorf Neschholz.

Einmal im Jahr findet der berühmte Planepokal der Feuerwehr Neschholz mit seinen Wettkämpfen statt. Diesen Event unterstützt

der AWO-Ortsverein. Als zweiter großer Event findet in Neschholz ein jährliches Sportfest statt, dort ist wieder jeder dabei, ob Jung oder Alt und die AWO-Mitglieder treten wieder mit dem Kuchenbasar in Aktion.

Ein Teil des Erlöses kommt auch dem AWO-Ortsverein zu Gute, um andere Maßnahmen der Vereinstätigkeit zu organisieren. Das Straßendorf Neschholz ist ein Ortsteil der Kreisstadt Belzig im Brandenburger

Landkreis Potsdam-Mittelmark. Seine Fläche beträgt sieben Quadratkilometer.

In Neschholz leben 132 Menschen.

Helga Pennewiß



Wettkampf der Freiwilligen Feuerwehr

Brück

Frühlingsfest im Hort der Schule Brück

BRÜCK ■ Eine liebgeordnete Tradition wurde auch in diesem Jahr fortgesetzt. Die Hortkinder der Grundschule Brück hatten die Mitglieder des AWO-Ortsverein Brück e.V. zu einem Frühlingsfest eingeladen, dass sie mit viel Freude und Eifer vorbereitet hatten. Die Tische waren nett gedeckt und zehn Schüler, die am Instrumentalunterricht an der Musikschule „Engelbert-Humperdinck“ teilnehmen, zeigten ihr Können den Rentnern aus Brück. Sie erfreuten die Anwesenden mit Frühlingsmelodien auf dem Keyboard und den Gitarren. Hier war „Herzklopfen kostenlos“ angesagt. Es war für uns erstaunlich, welches Können die-

se acht- bis zehnjährigen Schüler bereits aufweisen konnten. Eine interessante und hörensweite Darbietung erbrachten Schüler einer dritten Klasse, die unter Anleitung ihrer Erzieherin mit ungewohnten Schlaginstrumenten und lautem Gesang von den Fähigkeiten ihrer Mitschüler berichteten. Wir spendeten den Akteuren reichlich Beifall. Große Anerkennung sei an dieser Stelle Frau Löwenberger ausgesprochen, die als Lehrerin an der Musikschule „Engelbert-Humperdinck“ viel dazu beigetragen hat, dass diese schönen Stunden ein voller Erfolg wurden. Der Nachmittag wurde mit anregenden Gesprächen



Hortkinder der Grundschule Brück

bei einer guten Tasse Kaffee und selbstgebackenem Kuchen fortgesetzt. Herr Hans-Ulrich Neupauer spielte abschließend bekannte Frühlingslieder auf dem Keyboard und alle Rentner sangen freudig mit. Im Namen aller Anwesenden bedankte sich die Vorsitzende des AWO Ortsvereins Frau Tietz bei allen

Mitwirkenden und bei der Leiterin des Kinderhortes für den gelungenen Nachmittag und versicherte, dass der Ortsverein es sich zur Aufgabe gestellt hat, mit neuen Initiativen eine engere Zusammenarbeit mit dem Hort zu gestalten.

Hans-Ulrich Neupauer

AWO – Begegnungsstätte Premnitz e. V.

Reisen mit Herz

PREMNITZ ■ Der AWO Ortsverein Premnitz e.V. wurde 1990 gegründet und feiert in diesem Jahr seinen 17. Geburtstag. Er durchlebte Höhen und Tiefen in seiner Vereinsarbeit. Es mussten Räume gemietet und Konzepte entwickelt werden. Anfänglich war die Volkssolidarität ein Konkurrent. Inzwischen hat sich unser Ortsverein zu einer festen Größe in Premnitz etabliert.

Wir haben wunderbare Räume, in denen täglich Veranstaltungen durchgeführt werden.

Es finden Buchlesungen, Vorträge verschiedener Art und Spielnachmittage statt. Wir zählen ca. 170 Mitglieder, von denen ca. 10 Mitglieder feste ehrenamtliche Helfer sind, auf die der ebenfalls ehrenamt-

liche Vorstand immer zurückgreifen kann.

2006 wurden mit der Kita „Waldhaus“ und der Kinder- und Jugendstation „Kisy“ Patenschaftsverträge abgeschlossen, die ein gegenseitiges Geben und Nehmen beinhalten. Auch hier engagieren sich Senioren mit Überzeugung. So wurden für die Kita-Kinder 40 Paar Socken gestrickt und überreicht. Auch Schlafwache wurde von Senioren übernommen und vieles mehr.

Seit der Gründung des Ortsvereins besteht auch zur AWO der Partnerstadt Niederkassel eine Verbindung, die 2006 durch den Besuch einer Delegation der AWO Niederkassel zum Dachsbirgbergfest und zur Landesgartenschau in Rathenow wieder belebt und gefestigt wurde. Wir könnten noch



Kinder der Kita „Waldhaus“

viel mehr über unseren Ortsverein schreiben. So ist „Reisen mit Herz“ ein fester Bestandteil in unserem Ortsverein, denn regelmäßig nehmen wir z.B. am Seniorentreffen und an der Flottenparade teil. Unser Haus ist ein of-

fenes Haus, ein Haus für Alt und Jung, ein Haus für jeden, der uns besuchen möchte und der uns braucht.

Helga Wischer

Bürgerhaus Bornim

Kinder- und Familienfest

Am Samstag, den 21. Juli 2007, veranstaltete das Bürgerhaus Bornim des AWO Bezirksverband Potsdam e.V. zusammen mit dem AWO Ortsverein Potsdam-Mitte e.V. ein Kinder- und Familienfest.

Dabei wurden die zahlreichen Besucher mit vielen Aktionen begeistert, bei denen es sogar Kleinigkeiten zu gewinnen gab. Dazu gehörten das Büchschießen mit der Feuer-

wehr Bornim ebenso, wie ein Torwandschießen mit der SG Bornim und einem Kinder – Malwettbewerb unter dem Motto „Komm wir malen eine Sonne!“. Siegerin war die fünfjährige Vivien.

Das Bürgerhaus Bornim wurde am 01. Juni 2000 eröffnet und ist ein generationsübergreifender Anlaufpunkt für alle Bürger, Vereine und Gemeinschaften. (Red.)



Kinderschminken im Bürgerhaus Bornim

Werder

Neuer Büroraum für den Ortsverein

WERDER ■ Nach 16 Jahren hat der AWO-Ortsverein Werder e.V. einen eigenen Büroraum. Anfang Juni wurde der Raum im Seniorenzentrum „Wachtelwinkel“ feierlich eröffnet. Mit dabei war auch die Geschäftsführerin des AWO Bezirksverband Potsdam e.V., Angela Basekow. Der stellvertretende Vorsitzen-

de des Ortsvereins, Alfred Schultze, sprach die Dankesworte. Dabei blickte er auf die vergangenen Jahre des Vereins. „Besonders der Zuwachs von rund 60 jungen Mitgliedern erfreut mich“, sagte er. Über die Einrichtung einer wöchentlichen Sprechstunde wolle man nachdenken.

(Red.)



Eröffnung des Büroraumes im Seniorenzentrum „Wachtelwinkel“

Wittstock

Altenarbeit gegen Vereinsamung

WITTSTOCK ■ Der AWO-Ortsverein Wittstock e.V. besteht seit Oktober 1990. In den Gründungstagen zählte er neun Mitglieder, wuchs rasch auf 40 an und konnte von 1997 bis zum Herbst 2006 auf konstant 85 Mitglieder verweisen. Er entwickelte sich bis heute auf die stattliche Mitgliederstärke von 191 im Alter von 25 bis 94 Jahren. Lag bisher die Betonung auf „Seniorenmitglieder“, vollzog sich in den letzten Monaten eine radikale

Verjüngung. Der zahlenmäßig größere Teil der Mitglieder ist erwerbstätig und arbeitet vorrangig in den AWO Betrieben Wittstocks.

Der ehrenamtliche Vorstand und zahlreiche Helferinnen und Helfer leisten eine wirksame und sinnvolle soziale Arbeit, besonders zum Wohle vieler SeniorInnen. In unserer Trägerschaft existieren zwei Einrichtungen der offenen Altenarbeit. Es handelt sich dabei um Seniorenclubs,

die täglich von ca. 50 bis 60 älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern der Stadt Wittstock besucht werden.

Mit verschiedenen Veranstaltungen und vor allem einer besucherzentrierten Zuwendung und Betreuung werden die SeniorInnen fest in das soziale Leben integriert. Sie erhalten konkrete Hilfe bei der Lebensgestaltung im Alter und werden in zahlreichen Vorhaben integriert. Diese Form der Altenarbeit beugt einer tenden-

ziellen Vereinsamung vor und vermittelt das Gefühl des Gebrauchtwerdens. Mit dieser integrativen und auf Ressourcenmobilisierung gerichteten Arbeit beider Seniorenclubs werden Kompetenzerhalt und selbstbestimmtes Leben gefördert und erhalten.

Da viele ältere Menschen den Clubbesuch schon vormittags beginnen und über viele Stunden dort verweilen, wird ihnen eine gewisse Tagesstruktur vermittelt.

Manfred Eichelbaum

Jugendweihe 2007

Bezirksverband richtete Feierstunden aus

POTSDAM ■ In diesem Jahr absolvierten 69 Jugendliche den Schritt vom Kind zum jugendlichen Erwachsenen. In feierlicher Form, mit Musik, Tanz und einem Hauch Kabarett, wurden die Feierstunden im Kinosaal des historischen Filmmuseums durchgeführt. Festredner und erste Gratulanten waren der Potsdamer Bürgermeister Burkhard Exner und der Geschäftsführer der Stadtwerke Potsdam, Peter Paffhausen. Neben der traditionellen Urkunde wurden den Jugendlichen

Blumen und Bücher überreicht.

Die Termine für die Feierstunden im kommenden Jahr sind:

Samstag, 10. Mai 2008 um 10.00 Uhr und 11.30 Uhr

Samstag, 17. Mai 2008 um 10.00 Uhr und 11.30 Uhr

Kosten: 80,00 € für die Feierstunde (Jugendliche(r) und Eltern); 8,00 € je weiteres Familienmitglied.

(Red.)



v.l. K. Maaß, B. Exner, R. Fiedler und S. Asmus

AWO Ortsverein Babelsberg/Stern/Drewitz/Kirchsteigfeld

Ehrenamtliche Mitarbeit und Spenden



Spielerisches Engagement in Sacrow

POTSDAM ■ Anliegen unseres Ortsvereins ist es, neben der Arbeit im Verband auch nach außen wirksam zu werden. Dazu haben wir diverse Möglichkeiten diskutiert und uns dann auf die Unterstützung von Projekten im Kinder- und Jugendhilfereich verständigt, sowohl durch ehrenamtliche Mitarbeit, als auch durch Spenden.

Unterstützung gaben und geben wir dem Eltern-Kind-Zentrum in der Kita „Pffikus“ und der Jugendwohngruppe „Am Hirtengraben“ zur Förderung des Projektes „Kunsttherapie“ zur Aufarbeitung von besonders prägenden Erlebnissen. Die Er-

gebnisse des Projektes sind jetzt übrigens in einer Vernissage im AWO Seniorenzentrum „Käthe-Kollwitz-Haus“ zu sehen. Außerdem engagieren wir uns in der Kinder- und Jugendwohngruppe in Sacrow, wo derzeit überwiegend Kinder im Vorschulalter betreut werden.

Dabei war der Besuch in dieser Einrichtung ein besonderer Höhepunkt unserer diesjährigen Arbeit.

Es bereitete uns große Freude anzusehen, mit welcher Begeisterung die mitgebrachten zahlreichen Spiel- und Sportartikel von den Kleinen angenommen und umgehend zum Spielen

genutzt wurden. Sogar der selbstgebackene Kuchen hielt sie nicht lange am Tisch.

Daneben war ein Ziel dieses Besuchs, mit den Betreuern über die künftige Zusammenarbeit zu beraten. Im Gespräch in netter Atmosphäre und bei der Besichtigung konnten wir uns von der liebevollen individuellen Gestaltung der Wohnräume überzeugen.

Besonders deutlich wurde die Einbeziehung der älteren Kinder und Jugendlichen in den täglichen Ablauf. Durch die Übernahme von Pflichten z.B. bei der Speisenzubereitung

und der Ordnung und Sauberkeit werden sie u.a. auf ihr späteres selbständiges Leben vorbereitet. Zugleich wurde jedoch deutlich, dass im Bereich der sehr schönen Außenanlagen ein Spielplatz für die Kleinen gestaltet werden müsste. Die Kinder wünschen sich ein Spielhaus und Klettermöglichkeiten.

Da unser Ortsverein allein nicht in der Lage ist, so ein umfangreiches Projekt zu fördern, brauchen wir Unterstützung von anderen Ortsvereinen.

Mitglieder des Ortsvereins

Selbstwertgefühl steigern

Erziehungshilfe im Eltern-Kind-Zentrum



Gemeinsames Kochen im EKIZ

Das Eltern-Kind-Zentrum wird gefördert durch das MBJS und die Landeshauptstadt Potsdam

POTSDAM ■ „Es schmeckt herrlich“, ruft Eva Mai an diesem Donnerstag aus den Räumen des Eltern-Kind-Zentrum in der Pietschkerstraße in Potsdam. Regelmäßig trifft man sich hier zum gemeinsamen Kochen. Heute wird eine Champignon-Zwiebel-Suppe zubereitet. Die ehrenamtliche Mitarbeiterin im EKIZ war vorher einkaufen. Der 62-jährigen ehemaligen Kinderkrankenschwester macht es offensichtlich Spaß, andere in ihre Kochkünste einzuweihen. Die Besucher kommen nicht umhin, selbst Hand anzulegen. Kohlrabi und Möhren schälen sich eben nicht von allein. Und genau darum geht es im Kochkurs des Eltern-Kind-Zentrums. Die Mütter von

heute können hier lernen, wie schnell gesundes Essen zubereitet werden kann. Im Nebenraum spielen die Kinder der Kursteilnehmer. Ein Elternpaar sucht sich in der Tauschbörse Kleidungsstücke für ihr acht Monate altes Kind aus. Die Tauschbörse hat jeden Donnerstag geöffnet. Cornelia Karth, Leiterin des EKIZ, sagt, dass die Börse gut angenommen wird. Jede Menge Sachen hängen dort, aber auch Spielzeug. Aushängeschild des Zentrums ist der Elternkurs. „Dieser Kurs spricht soziale Fähigkeiten an, die bei allen Eltern von Natur aus vorhanden sind“, steht in der Info-Broschüre. Für die Eltern heißt das, vier mal für jeweils 2 Stunden intensive Auseinandersetzung mit den Problemen

in der eigenen Familie. Dabei werden Begebenheiten mit der Kamera aufgenommen und ausgewertet, durch Rollenspiele das Empfinden gegenüber den Schützlingen sensibilisiert – alles zum selbst ausprobieren. „Wir arbeiten nicht mit dem erhobenen Zeigefinger“, stellt Cornelia Karth klar. „Im Gegenteil, durch unsere Kurse werden das Selbstwertgefühl der Mütter und Väter gesteigert und Stärken weiter gefördert“. Das Konzept geht auf. Seit Gründung des Eltern-Kind-Zentrums im Herbst 2006 konnte die Zahl der Besucher auf rund 300 im Monat Juni gesteigert werden. Gut angenommen wird auch die Vermittlungsberatung. Hier werden Probleme in der Familie besprochen

und gegebenenfalls behandelt. Das bedeutet oft auch, dass das Jugendamt bei besonders schweren Fällen zur weiteren Hilfe mit einbezogen wird. Eine ambulante Betreuung stehe aber immer im Vordergrund der Bemühungen, heißt es.

„Essen ist gut“, ruft Eva Mai und schöpft mit einer großen Kelle aus dem Topf heiße Suppe in blaue Schalen. Aus dem Nebenraum kommen auch die eben noch spielenden Kinder. Dann wird gegessen. Nebenbei unterhalten sich die jungen Mütter über verschiedene Rezepte und den Kinderarzt, der nächste Woche wieder im Eltern-Kind-Zentrum vorbei schaut.

(Red.)



Angebote des Eltern-Kind-Zentrum in der AWO-Kita „Pfiffikus“, Pietschkerstr. 14/16 im Wohngebiet „Am Stern“

Tauschbörse:

jeden Donnerstag von 09.00 Uhr bis 11.00 Uhr und 14.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Stillgruppe, Nähmaschinen-Kurs, Rückenschule, Vermittlungsberatung der Flexiblen ambulanten Hilfe, regelmäßige Sprechstunden des Jugendamtes

Alle Termine unter:
Telefon: 0331 6008773

Essstörung

Sarah und Gina wohnen in der AWO-Jugendwohngruppe „Am Hirtengraben“ in Potsdam. Beide leben seit Jahren mit einer Essstörung. Gina (17) leidet unter Fettsucht, Sarah (20) ist magersüchtig. Das Gespräch wurde Mitte Juni geführt.

POTSDAM ■

Wie geht es Euch heute?

Gina: Ich fühle mich ein wenig kaputt. Das warme Wetter macht mich fertig und dann noch der stressige Schultag.

Sarah: Wesentlich besser als in den letzten Tagen. Da ging es mir einfach nicht so gut. Es gab kleine Streitigkeiten, auch in der WG. Außerdem konnte ich letzte Nacht einmal ganz gut schlafen, das ist sonst anders.

Spielt die Essstörung in Eurem Tagesablauf eine große Rolle?

Gina: Ich denke sehr oft an die Essstörung, weil ich sehr unglücklich damit bin. Aber eigentlich gehört es aber auch schon zum Alltag. Ich glaube, es ist von beidem etwas. Auf der einen Seite muss ich natürlich damit leben, aber auf der anderen Seite gefällt es mir überhaupt nicht.

Sarah: Bei mir spielt es eine große Rolle. Einfach alles, der ganze Tagesablauf, richtet sich nach der Essstörung.

Wie sieht denn so ein Tagesablauf bei Euch aus?

Sarah: Also, ich stehe früh auf. Dann gehe ich zum Praktikum. Am Nachmittag gehe ich wieder in die WG und dann bleibe ich entweder hier oder ich



Sarah und Gina

mache noch etwas.

Gina: Ich stehe um 5 Uhr auf. Wenn ich es schaffe, dann esse ich schnell noch etwas, damit ich nicht so viel Hunger habe, wenn ich in der Schule bin. In meiner Freizeit mache ich momentan viel Sport und am Abend bin ich wieder in der WG.

Könnt Ihr Eure Krankheit kurz beschreiben?

Sarah: Magersucht bedeutet, wenn man mit Absicht sein Gewicht reduziert. Durch Sport, hungern oder Medikamente.

Gina: Bei meiner Krankheit ist es so, dass man ständig Hunger hat. Ich musste früher alle fünf Minuten etwas essen, große Portionen. Man merkt das dann nicht mehr wirklich.

Bei mir ist es etwas besser geworden, nachdem ich zwei Jahre lang in einer Klinik in Beelitz war. Vorher hatte ich überhaupt kein Sättigungsgefühl, danach wurde alles besser.

Könnt Ihr Euch noch an die Auslöser der Störung erinnern?

Gina: Ich bin mit der Krankheit aufgewachsen. Meine Mutter hatte sich gewundert, warum ich so viel esse. Als Baby habe ich immer schon alles aufgegessen. Trotzdem gebe ich meinen Eltern keine Schuld an der Situation. Sie wollten mir später das viele essen einfach nicht verbieten, weil sie dachten, sie tun mir etwas böses damit.

Sarah: Bei mir fing es im Kopf an. In der 4. Klasse

dachte ich bereits, dass ich viel zu dick wäre. Aber ich wusste noch nicht so richtig, was ich dagegen tun

In der 4. Klasse dachte ich bereits, dass ich viel zu dick wäre.

kann. Dann ging es weiter damit, dass ich dachte, dass ich hässlich wäre. Im Allgemeinen war ich unzufrieden mit mir. Ich dachte, wenn ich erst einmal abnehme, dann bin ich glücklich und dann bin ich auch in der Schule gut und alles wird gut, um es mal einfach auszudrücken.

Sarah, warst Du mit der Magersucht am Anfang glücklich?

Am Anfang ja. Da war mir ja nicht bewusst, dass es

eine Krankheit ist. Ich wollte ja an der Situation nichts ändern. Ich wollte ja dünn werden. Irgendwann hat mir meine Mutter damit gedroht, dass ich ins Krankenhaus müsse, wenn ich damit nicht aufhören würde. Darüber war ich damals ziemlich erstaunt. Ich wusste gar nicht, was ich im Krankenhaus sollte.

Als Euch das Problem dann bewusst wurde, was habt Ihr da gedacht?

Sarah: Ich wollte ja nichts ändern, darum hab ich es versucht zu vertuschen. Wenn jemand gefragt hat, ob ich etwas gegessen habe, dann habe ich einfach ja gesagt.

Gina: Ich habe es in der Schule gemerkt, als mich alle geärgert haben. Da wurde es dann zur Qual für mich. Ich bin später auch ins Krankenhaus gegangen. Dort wurde gesagt, dass es sich im Laufe meines Wachstums noch geben würde. Erst später haben sie dann gesagt, ich habe eine Krankheit. Da war ich dann schon sehr verwundert.

Wie sind Eure Freunde mit dem Problem umgegangen?

Gina: Ich hatte einige Freunde, die haben zu mir gehalten. Sie haben mich einfach so akzeptiert, wie ich war. Nur meine Oma war sehr offen zu mir, sie hat sich sicher Sorgen gemacht.

Sarah: Meine Freunde haben sich Sorgen gemacht. Sie haben mir ihre Hilfe angeboten. Das Erstaunliche war aber, dass zu diesem Zeitpunkt dann viele



Die Jugendwohngruppe „Am Hirtengraben“

meiner Freunde gesagt haben, dass auch sie essgestört seien.

Wie seid Ihr eigentlich auf die AWO-Jugendwohngruppe aufmerksam geworden?

Gina: Nach der Klinik haben mir meine Erzieher bei der Auswahl geholfen. Ich hab mir dann mehrere WG's angeschaut und hier fand ich es einfach am schönsten.

Sarah: Bei mir war es so, dass mir schon bei dem ersten Krankenhausaufenthalt gesagt wurde, dass ich möglichst nicht wieder zurück nach Hause soll. Die ersten Male habe ich mich dagegen gestraut, aber

nach dem fünften Klinikaufenthalt habe ich nachgegeben. Das lief alles über das Jugendamt. Ich habe es mir hier angeschaut und zugesagt.

Wie wird Euch hier geholfen?

Gina: Wir arbeiten hier mit einer Diätköchin, die mit uns auch über die Zubereitung der Speisen redet. Außerdem müssen wir einen Essenplan schreiben. Die Erzieher ermutigen uns zur Bewegung.

Sarah: Am Anfang wurden mit mir Essenpläne erstellt, die ich einhalten sollte. Das klappte allerdings nicht richtig. Ich habe

dann irgendwann eingesehen, dass alles nur in meiner Verantwortung liegt. Mittlerweile kaufe ich schon alleine ein und schreibe weiter Protokoll.

Würdet Ihr jederzeit wieder in die AWO-Jugendwohngruppe kommen?

Sarah: Ja, denn hier habe ich das Gefühl, dass einem wirklich geholfen wird. Man wird hier nicht aufgegeben. Die Atmosphäre ist toll und die Leute auch.

Wie geht es bei Euch nach der Jugendwohngruppe weiter?

Sarah: Ich gehe in das betreute Einzelwohnen und danach in die eigene Wohnung.

Gina: Ich bin noch ein Jahr hier. Danach gehe ich auch in das betreute Einzelwohnen und dann in die eigene Wohnung. Das macht mir schon ein bisschen Angst, aber es ist ja noch ein bisschen Zeit.

(Red.)



Hilfe

Arbeiterwohlfahrt Bezirksverband Potsdam e. V.
Ambulante Beratungs- und Behandlungsstelle für Suchtkranke und Suchtgefährdete

Berliner Str. 61 A
14467 Potsdam
Tel.: 0331 2801397

Flexible Hilfen

Konrad-Wolf-Allee 25
14480 Potsdam
0331 6008680

„Mit Herz + Hand“ klärt auf.

Was sind Essstörungen?

■ Essstörungen äußern sich durch ein gestörtes Verhältnis zum Essen und zum eigenen Körper. Es gibt verschiedene Formen von Essstörungen, wobei Mischformen am häufigsten und die Übergänge gleitend sind. Magersucht, Bulimie und Binge Eating sind die am häufigsten vorkommenden Essstörungen.

Magersucht (Anorexia nervosa)

Magersucht ist eine Erkrankung, meistens von Mädchen und jungen Frauen, aber auch immer häufiger von Jungen und jungen Männern, bei denen das Selbstbild und Körperempfinden gestört ist und der Gewichtsverlust zum Inhalt des Denkens und Handelns wird. Die Betroffenen empfinden sich „als zu dick“, auch wenn sie erhebliches Untergewicht aufweisen. Häufig ist Magersucht gepaart mit hohem Leistungsdenken auf verschiedenen Ebenen des Lebens.

Bulimie (Bulimia nervosa)

Bulimie ist durch wiederholte Attacken von Heißhunger („Freßattacken“), gefolgt von selbst herbeigeführtem Erbrechen gekennzeichnet. In aller Regel spielen sich solche Attacken in aller Heimlichkeit ab. Ein tiefes Schamgefühl nach einer Freß/Brechattacke ist ein wesentlicher Grund, die Erkrankung auch vor den besten Freunden zu verstecken. Ein weiteres Kennzei-

chen für die Bulimie ist die fast permanente Beschäftigung der Betroffenen mit allem, was mit Essen, Kalorien, Körpergewicht, Diät und Figur etc. zu tun hat. Bulimische Menschen können unter-, norm- oder auch übergewichtig sein, sie haben jedoch meist ein sehr schlankes Körperideal.

Binge Eating

Wie bei der Bulimie äußert sich Binge Eating durch wiederholte Heißhungerattacken und Fressanfälle, allerdings ohne anschließendes Erbrechen oder den Mißbrauch von Abführmitteln. Der Kontrollverlust während der Fressanfälle und die anschließenden Schuldgefühle sind ebenso typisch. Die Fressanfälle werden oft durch persönliche Stresssituationen ausgelöst.

Häufigkeit und Verbreitung

Knapp zwei Drittel aller weiblichen Jugendlichen bis zum 18. Lebensjahr haben laut Experten mindestens einmal eine Diät zur Gewichtsreduzierung gemacht. Nach diesen Angaben leiden allein in Deutschland mindestens 220.000 Menschen im Alter von 15 bis 24 Jahren an Magersucht (Anorexie) oder Ess-Brechsucht (Bulimie). Das Deutsche Institut für Ernährungsmedizin und Diätetik (DIET) in Aachen gibt an, daß in Deutschland etwa 3,7 Mil-

lionen Menschen unter gefährlichem Untergewicht leiden. Von Untergewicht seien in Deutschland vor allem Senioren, Krebs-, Dialyse- und HIV-/Aids-Patienten sowie Magersüchtige betroffen, teilt das Institut mit. In Deutschland leiden nach Angaben des Instituts über 100.000 Menschen, insbesondere Frauen zwischen 15 und 35 Jahren, an Magersucht, 600.000 Frauen und Männer an der Fress-Brech-Sucht (Bulimia nervosa). Die Zahl der magersüchtigen Männer liege bei fünf bis zehn Prozent - mit steigender Tendenz. Die Universität Ulm beziffert die Häufigkeit in der weiblichen Bevölkerung zwischen dem 15. und 35. Lebensjahr für Anorexie mit 0,5-1 %, für Bulimie mit 3-4 % und für Eßsucht mit 6 % und verzeichnet einen zunehmenden Anteil männlicher Betroffener.

Heilungschancen und Prognosen

Eine Studie der Universität Heidelberg hat ergeben, dass nur die Hälfte der an Magersucht erkrankten Personen vollständig geheilt werden. Demnach können rund 50 Prozent der an Bulimie erkrankten Frauen geheilt werden. Bei 20 Prozent chronifiziert sich das Leiden und 30 Prozent entwickeln andere Symptome wie etwa Depressionen. Laut Experten verläuft eine Essstörung bei rund 16,8

Prozent der Betroffenen sogar tödlich. Das Deutsche Institut für Ernährungsmedizin und Diätetik (DIET) gibt an, daß bis zu 15 Prozent der Magersüchtigen an den Folgen der Erkrankung sterben. Laut der Studie der Universität Heidelberg stirbt jede sechste schwer erkrankte Magersüchtige an den Folgen der Krankheit. Als häufigste Todesursachen erwiesen sich Infektionen, Unterernährung, Wasser- und Elektrolytverlust sowie Selbstmord. Die Universität Ulm berichtet, daß mit einer Sterblichkeitsrate von 15 bis 20 Prozent die Anorexie mehr Opfer als jede andere psychische oder psychosomatische Störung fordert.

Kosten

Die jährlichen Gesamtkosten für Anorexie und Bulimie in Deutschland werden auf über 300 Millionen Euro beziffert. (Red.)

i Hilfe

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen Stahnsdorf

Träger: AWO Potsdam-Mittelmark gGmbH

Annastr. 3,

14532 Stahnsdorf

Gliener Str. 9, 14806 Belzig

Ansprechpartnerin:

B. Schenk

Tel. in Stahnsdorf:

(03329) 612325

Tel. in Belzig:

(033841) 30365

Dorothea Lange

Mit Herz und Hand ein AWO-Mitglied



Dorothea Lange

WILHELMSHORST ■ Nachdem Dorothea Lange den Start des AWO-Ortsvereins in ihrem Dorf hautnah miterlebt hatte, gab es für die rüstige Rentnerin nur noch den Weg nach vorn. Zuerst wurde sie zur Stellvertreterin gewählt, 2001 dann zur Vorsitzenden. Seitdem werden regelmäßig Geburtstagsfeiern ausgerichtet, Kaffeemittage veranstaltet und Busfahrten in andere Städte unternommen. Mittlerweile zählt der Ortsverein 70 Mitglieder. Stolz ist sie vor allem auf die Jugendlichen in ihrem Ort. Bei Feierlichkeiten helfen diese aus und

kommen mit ihrem Engagement bei Dorothea Lange richtig gut an. Am meisten freut sie sich über die Kaffeemittage mit anderen AWO-Mitgliedern in Wilhelmshorst. Da werden die neuesten Geschichten ausgetauscht und über die nächsten Projekte diskutiert. Aber auch vergangene Veranstaltungen werden noch einmal zum Thema gemacht. Das große Sommerfest zum Beispiel, an dem fast 80 Menschen teilnahmen und 150 Bratwürste verspeisten. Die hat der Ortsbürgermeister Gerd Sommerlatte eigenhändig gegrillt. Die Kinder aus der

Kita in Wilhelmshorst waren auch da. Die tolle Modenschau und natürlich die vielen fleißigen Jugendlichen, die beim Auf- und Abräumen der Tische und Stühle mitgeholfen haben. Dorothea Lange ist übrigens auch bekannt für ihren Kuchen. Die Rezepte werden auch schon mal in der gemeinsamen Küche des Ortsvereins an andere weitergegeben.

Als nächstes großes Projekt steht eine Busfahrt ins mecklenburgische Mirow auf dem Programm. 52 Menschen haben sich bereits angemeldet. Die anschlie-

ßende Schifffahrt ist der Höhepunkt des Tages.

Ganz besonders am Herzen liegen der Rentnerin die älteren Leute ihres Vereins. Wenn dort einer Geburtstag hat, dann wird kurzerhand ein Besuch ins Pflegeheim organisiert, Kuchen gebacken und ein Ständchen gesungen. Dorothea Lange ist „Mit Herz und Hand“ ein AWO-Mitglied!

Wenn Dorothea Lange einmal nicht für die AWO unterwegs ist, dann steckt sie alle Energie in ihren Hund. Der 12 Jahre alte Terrier-Mischling braucht viel Pflege und Zuneigung. Auch das große Grundstück muss gepflegt werden. Dabei erhält sie aber tatkräftige Unterstützung von ihren Enkelkindern.

(Red.)

Name:
Dorothea Lange

Vorsitzende des AWO-Ortsverein Wilhelmshorst e.V.

Alter:
80 Jahre

Mitglied der AWO seit:
1991

Lösungen aus Ausgabe 01/2007

■ M A ■ ■ A ■ ■ A ■ K ■ ■ M ■ ■ R ■ U ■ ■
 ■ E K E L N ■ T S C H A K O ■ C H A R M E
 E T T ■ A N T I K ■ U ■ R O L L O ■ A ■ D
 ■ R I S P E ■ T ■ I M M E R ■ I ■ A L B E
 B O E ■ T ■ D U M A S ■ D ■ S P O N T A N
 P ■ M O S E S ■ H ■ L I M E S ■ N ■ U ■
 P O L Y P ■ C ■ R E C H T ■ R ■ S O S S E
 ■ L ■ H ■ L E H E N ■ A ■ T U B A ■ E T E
 ■ I R R T U M ■ P ■ A S S A M ■ H ■ M I G
 O S E E ■ D ■ T R A R A ■ T ■ K A R E L ■
 ■ ■ G ■ R E T R O ■ M ■ M A J O R ■ S ■ F
 ■ K A D E R ■ A ■ B A D E R ■ P A R T E I
 I N N I G ■ G E H E N ■ A E R A ■ O E H R
 ■ E ■ E I N I G ■ A D E L N ■ L E H R E N
 ■ F A U N ■ N E T T O

GAENSERICH

9	3	7	4	6	5	1	2	8
2	8	6	9	7	1	5	3	4
4	5	1	2	8	3	6	7	9
1	9	3	5	2	8	4	6	7
8	7	2	6	9	4	3	1	5
6	4	5	1	3	7	8	9	2
3	6	4	7	5	2	9	8	1
7	1	9	8	4	6	2	5	3
5	2	8	3	1	9	7	4	6

DIE NÄCHSTE AUSGABE
Mit Herz + Hand
 ERSCHEINT IM
 NOVEMBER 2007

Impressum

Mit Herz + Hand 2/2007

Mitgliederzeitung des AWO
Bezirksverband Potsdam e.V.

August-Bebel-Straße 86
14482 Potsdam
Tel.: 0331 74 00 01 23
Fax: 0331 740 90 54
info@awo-potsdam.de

Geschäftsführerin, V.i.S.d.P.:
Angela Basekow

Gerichtsstand: Registergericht: Potsdam
Registernummer: VR435
Steuernr: 046/141/01615

Redaktion: Steve Haak
Layout: Marcel Schönebeck
Fotos: P. Frenkel, S. Haak, photocase, AWO

Redaktionsanschrift:
Frenkelson Werbeagentur
Eisenhartstraße 4, 14469 Potsdam
Tel.: 0331 270 65 95
Fax: 0331 201 09 88
office@frenkelson.de

Druck: Union Druckerei Berlin
Druckauflage: 10.000

AWO Beitrittsformular

- Ja, ich möchte Mitglied der AWO werden!
- Ja, ich möchte mich ehrenamtlich engagieren.

Persönliche Daten:

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon

E-Mail



Einfach ausfüllen, ausschneiden und an folgende Adresse senden:

AWO Bezirksverband
Potsdam e.V.
August-Bebel-Straße 86
14482 Potsdam

Wir schicken Ihnen umgehend unser Beitrittsformular zu.

i Arbeiterwohlfahrt Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH

Geschäftsstelle

AWO Kinder- und Jugendhilfe Potsdam gGmbH

Schopenhauerstraße 31/32
14467 Potsdam
Telefon: 0331 581480
info-kjh@awo-potsdam.de
Geschäftsführerin:
Frau Frenkler

Kitas

Kita „Sonnenkinder“
Rudolf-Breitscheid-Str. 136
14482 Potsdam
Telefon: 0331 717064
sonnenkinder@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Zweig

Kita „Sandscholle“
Franz-Mehring-Str. 54
14482 Potsdam
Telefon: 0331 719133
sandscholle@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Gorny

Kita „Pfiffikus“
Pietschkerstraße 14-16
14480 Potsdam
Telefon: 0331 622131
pfiffikus@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Hösel

Kita „Spatzenhaus“
Sonnentaustraße 2-4
14478 Potsdam
Telefon: 0331 870232
spatzenhaus@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Thormeier

Kita „Kinderland“
Bisamkiez 101
14478 Potsdam
Telefon: 0331 878155
kinderland@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Lüdicke

Kita „Weberspatzen“
Am Weberplatz 13
14482 Potsdam
Telefon: 0331 2017916
weberspatzen@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Herzmann

Integrationskita „Sternschnuppe“
Max-Born-Str. 19/21
14480 Potsdam
Telefon: 0331 623004
sternschnuppe@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Martin

Integrationskita „Kinderhafen“
Falkenhorst 19 - 21
14478 Potsdam
Telefon: 0331 872580
kinderhafen@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Stulgies

Kita „Wilde Früchtchen“
Wildbirnenweg 10
14469 Potsdam, Eiche
Telefon: 0331 5051876
wildefruechtchen@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Krauskopf

Kita „Märchenschloß“
Haeckelstr. 72
(ehemals Schule 32)
14471 Potsdam
Telefon: 0331 963130
maerchenschloss@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Schmidt

Kita „Havelsprotten“
Burgstraße 23
14467 Potsdam
Telefon: 0331 2006623
havelsprotten@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Tabor

Kita „Max und Moritz“
Friedrich-Wolf-Straße 10
und J.-R.-Becher-Straße 29a
14478 Potsdam
Telefon: 0331 878418
maxundmoritz@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Opaterni

Hort „Rasselbande“
Friedrich-Wolf-Str. 12
14478 Potsdam
Telefon: 0331 810037
rasselbande@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Brieskorn

Hort „Nuthegeister“ für sprach- und hörgeschädigte Kinder
Bisamkiez 107-111
14478 Potsdam
Telefon: 0331 8713136
nuthegeister@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Urban

Kinder- und Jugendhilfeverbund

Jugendwohngruppe
Am Hirtengraben 19
14480 Potsdam
Telefon: 0331 901889
kjhv@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Herzinger

Kinder- und Jugendwohngruppe
Krampnizer Str. 1
14469 Potsdam - Sacrow
Telefon: 0331 5053695
kjhv@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Herzinger

Betreutes Einzelwohnen
Humboldttring 21
14473 Potsdam
Telefon: 0331 7482182
kjhv@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Herzinger

Erziehungsstelle
Am Hirtengraben 19
14480 Potsdam
Telefon: 0331 503139
kjhv@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Herzinger

Flexible Hilfen

Flexible Hilfen
Konrad-Wolf-Allee 25
14480 Potsdam
Telefon: 0331 6008680
fh@awo-potsdam.de
Leiter: Herr Pulz

Tagesgruppe
Bisamkiez 101
14478 Potsdam
Telefon: 0331 872359
tg@awo-potsdam.de
Leiter: Herr Groß

überregionale Frühförder- und Beratungsstelle
Am Kanal 49
14467 Potsdam
Telefon: 0331 6012330
ffb@awo-potsdam.de
Leiterin: Frau Dressler

Andere Betreuung für Kinder im Grundschulalter
Karl-Liebnecht-Straße 135
14482 Potsdam
Telefon: 0331 7400870
aki@awo-potsdam.de
Ansprechpartner:
Herr Grunert

Eltern - Kind - Zentrum in der AWO Kita „Pfiffikus“
Pietschkerstraße 14-16
14480 Potsdam
Telefon: 0331 6008773
ekiz@awo-potsdam.de
Ansprechpartnerin:
Frau Karth