



Mehr Gärten vors Haus

Stadtgärtnern ist schwer im Kommen. In großen Städten gedeihen seit ein paar Jahren kleine und große Gärten vor und hinter den Häusern. Auch die Karl Marx ist von der Idee der Gemeinschaftsgärten angetan und macht sie bei der WERKSTATT (Seite 2) am 11. November zum Thema.

Im Garten wächst mehr, als man ausgesät hat, lautet ein englisches Sprichwort. Gartenarbeit kann durchaus entspannen und

das Ergebnis der Mühen belohnt Augen und Gaumen. Wenn dann noch gemeinsam gegärtnert wird, vervielfacht sich dieser Effekt und die Gärtner rücken durch ihre Beete näher zusammen. Genau diese Idee steckt im gemeinsamen Gärtnern. Das ist ein wichtiger Grund für die Genossenschaft, das Thema auf der nächsten WERKSTATT mit ihren Mitgliedern zu diskutieren. Immer wieder äußern Genossenschaftler den Wunsch, vor ihrem Haus ein eigenes grünes

Fleckchen schaffen zu wollen, einen Garten, der in Eigenregie gepflegt und bewirtschaftet wird. Wie kann solch ein Garten aussehen? Wer kümmert sich um Pflanzen, Material und Bewässerung? Darf dafür der Vorgarten vor dem Haus genutzt werden? Sind Hochbeete eine gute Alternative? Sind Beetpatenschaften denkbar? Wie groß ist die Motivation und das Interesse unter den Mitgliedern am gemeinsamen Gärtnern? Welche Standorte kommen in Frage? All dem

soll sich eine Arbeitsgruppe auf der WERKSTATT widmen und die Vorschläge der Mitglieder aufnehmen. Erfahrungen mit dem sogenannten Urban Gardening gibt es bereits bei anderen Wohnungsunternehmen, etwa bei der Berliner degewo, die in der Gropiusstadt in Hochbeeten Gemüse anbaut, siehe Foto. Auch bei der Züricher Genossenschaft in der Schweiz kommen solche Hochbeete – mal mit Blumen, mal mit Kräutern – in der Mitgliedschaft gut an.

Volles Werkstattprogramm

Die Karl Marx diskutiert über die Vorbereitung einer Demenz-WG, altersgemäßes Wohnen und Stadtgärtnern vorm Haus.

Am Samstag, den 11. November, lädt die Karl Marx alle interessierten Mitglieder zu ihrer diesjährigen WERKSTATT in die Wissenschaftsetage in der Stadt- und Landesbibliothek ein. Wie auf jeder WERKSTATT sucht die Genossenschaft die Diskussion mit ihren Mitgliedern, um

bestimmte Entwicklungsschritte zu beraten oder über künftige Vorhaben zu informieren. Auch auf der diesjährigen Veranstaltung werden drei Themenkreise im Mittelpunkt stehen. Wie bereits auf der ersten Seite der vorliegenden Ausgabe des KM Magazin beschrieben, will der Vorstand konkrete Wünsche der Mitglieder, eigene Grünflächen in Hausnähe zu betreuen, diskutieren. In einer weiteren Arbeitsgruppe wird es um den künftigen Modernisierungskurs

gehen, bei dem die Umgestaltung der Wohnungen mit Blick auf eine altersgerechte Nutzung eine zeitgemäßere Rolle spielen soll. „Hier wollen wir von den Teilnehmern erfahren, welche Anforderungen sie an den Wohnkomfort im Alter oder in der Phase der Kindererziehung stellen“, sagt Sebastian Krause, Technischer Vorstand der Karl Marx. Nach Krauses Worten spielen dabei eine Rolle, welchen Stellenwert die künftige Nachrüstung der Häuser mit Aufzü-

gen bekommen sollte oder, ob künftig Duschen im Bad den Vorzug vor dem Einbau einer Wanne bekommen sollten? Des Weiteren ginge es um solche Themen wie die Sicherheitsanforderungen, die Lichtgestaltungen in den Häusern, aber auch den Bedarf etwa nach einem Concierge-Dienst an bestimmten Schwerpunkten. „Welche Wünsche gibt es da? Welche Kostenanforderungen ergeben sich daraus... das soll in einem offenen Gespräch zur Sprache kommen, damit wir in diesen Fragen bedarfsgerechte Entscheidungen treffen“, erklärt Sebastian Krause die Absicht.

Auch in der dritten Arbeitsgruppe „Bewohner für Demenz-WG gesucht!“ geht es schließlich darum, die Wünsche der Mitglieder besser zu verstehen und den Bedarf zu erkennen. Bekanntlich plant die Genossenschaft im Zuge des Neubauprojektes „Quartier Waldgarten“ in der Straße Zum Jagenstein nach der Modernisierung des dortigen Gewerbegebäudes die Einrichtung einer solchen betreuten Wohnform für Mitglieder oder deren Angehörige. Acht Bewohner sollen hier künftig ein sicheres Zuhause finden. Über den Stand der Vorbereitungen, Grundrisse und Ausstattung wird Bodo Jablonski, Vorstand der Karl Marx, die Interessierten informieren, um mit ihnen dann über eigene Vorstellungen und die notwendigen weiteren Vorbereitungen des Projektes zu sprechen. Die Einrichtung wird in Kooperation mit der Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg und der Initiative „Leben wie ich bin“ e. V. entwickelt, die auch beim Aufbau des künftigen Betreuungsrahmens beratend zur Seite stehen. Nach den derzeitigen Vorstellungen, schließen die künftigen Bewohner einen Mietvertrag mit der Genossenschaft ab und werden durch einen qualifizierten Gesundheitsdienstleister im Rahmen der WG bedarfsgerecht betreut.



Modernes, altersgerechtes Bad in den Karl-Marx-Wohnungen im Wieselkiez

DER ABLAUF DER WERKSTATT 2017

9:30	Einlass
10:00	Begrüßung durch den Vorstand Kurzer Rückblick auf die Werkstatt 2016
10:15	Diskussion in drei Arbeitsgruppen AG I „Karls Garten“ – genossenschaftliches Gärtnern!? AG II „Dusche oder Wanne“ – zeitgemäßes Wohnen für Jung und Alt? AG III Bewohner für Demenz-WG gesucht!
12:00	Mittagspause
13:00	Präsentation der Arbeitsgruppenergebnisse
13:30	Ende der Veranstaltung

Hinweise: Während der Veranstaltung ist eine Kinderbetreuung durch kompetente Unterstützer gesichert.

In der Mittagspause können sich die Teilnehmer an einem Bufett mit leichten Speisen stärken.

Für die begleitenden Kinder wird ein Extra-Bufett zur Verfügung stehen.

Die Teilnehmer der WERKSTATT werden vorab nach Möglichkeit um eine Anmeldung bis 9. November gebeten. Tel. 0331-6458107

Die WERKSTATT der Karl Marx findet am 11. November in der Wissenschaftsetage des Bildungsforums, Am Kanal 47, im Gebäude der Landesbibliothek statt.



Prof. Jörg Springer, ein renommierter Berliner Architekt, Mitglied in vielen Beiräten und Professor an der Bauhaus-Universität Weimar

Langfristiges Bekenntnis zur Stadtmitte

Gemeinsam mit zwei anderen Genossenschaften hat sich die Karl Marx um die Bebauung einiger Grundstücke in der Potsdamer Stadtmitte beworben. Vor welchen Herausforderungen das Bauen an solchen besonderen Standorten steht, hat KM mit dem Architekten Prof. Jörg Springer besprochen.

Herr Springer, worin liegt das Besondere wenn Genossenschaften in der Stadtmitte bauen wollen?

Wenn wir auf den Block III schauen, für den sich hier die Genossenschaften beworben haben, so handelt es sich um den Versuch, einen Teil der Potsdamer Innenstadt mit einem Engagement zurückzugewinnen, das breiter aufgestellt ist, als das bisher an anderer Stelle bei Projekten einzelner Bauherren zu beobachten war. Dabei geht es schon um eine Art Paradigmenwechsel: Mit ihrem Engagement erschließen die Genossenschaften die Innenstadt nicht mehr nur exklusiven Zwecken, sondern insbesondere auch dem Wohnen für jedermann.

Darin haben sie ja Erfahrung, denn keiner besitzt näher gelegene Bestandsgebäude in der Nachbarschaft als etwa die Karl Marx. Das ist richtig, wenngleich diese Gebäude aus den Sechzigern des vorigen Jahrhunderts einen bewusst anderen, sich von der historischen Innenstadt abgrenzenden Charakter bekamen, vom Stil eher einer Siedlungsbebauung entsprechen. Bei den geplanten Neubauten des Block III geht es aber gerade um die Rückgewinnung der historischen Stadtstruktur. Das ist dann doch noch mal eine neue Aufgabe.

Was ist die Herausforderung?

Ein Unterschied zu typischen Genossenschaftsprojekten, der sich aus der Ausschreibungsanforderung ergibt, besteht in den kleinteiligen Bauparzellen, auf denen Gebäude für eine gemischte Nutzung als Wohn- und Gewerbeobjekte entstehen sollen. Zudem sollen sich die Fassaden am historischen Charakter der Innenstadt orientieren. Das wirkt sich natürlich auf die Art des Bauens aus und weicht von den rationalisierten Strukturen wie bei typischen Genossenschaftsprojekten ab.

Sehen Sie darin ein Problem?

Nein. Denn die Kompetenzen fürs Bauen an sich haben die Genossenschaften an ungezählten Objekten längst bewiesen. Viel wichtiger aber ist ihre Hinwendung zur Innenstadt. Anders als andere Bauherren sind sie durch ihre vielen Mitglieder fest in der Stadt verwurzelt. Sie sind ihren Mitgliedern zugleich in besonderer Weise verantwortlich, insbesondere auch im Sinne einer langfristigen, unbegrenzten Bindung an das Immobilieneigentum. Das heißt, die Genossenschaften haben anders als viele andere kein einseitiges, unter Umständen nur kurzfristiges Verwertungsinteresse an den Objekten.

Erkennen Sie Vorteile darin?

Zunächst was die laufende Vorbereitungsphase angeht, sehe ich ein großes Engagement in dem laufenden Ausschreibungsverfahren, das nicht von der Idee getragen ist, ein Prestigeobjekt zu schaffen. Vielmehr erkenne ich bei den beteiligten Genossenschaften ein Handeln aus der gern angenommenen Verantwortung heraus, die Stadtmitte

als einen für alle attraktiven Lebensort mitzugestalten.

Aber kann sich eine Genossenschaft so einen zum Bauen nicht gerade günstigen Standort überhaupt erlauben, ist sie doch darauf verpflichtet, ihren Mitgliedern angemessenen und günstigen Wohnraum zur Verfügung zu stellen?

Das Ausschreibungsverfahren erlaubt die Bauplatzvergabe nicht nach dem höchsten Angebot, sondern nach architektonischer Qualität und nach dem sinnvollsten Nutzungskonzept. Und die Stadtmitte für alle als Wohnquartier zu erhalten, ist ein sehr sinnvolles Konzept, um die Attraktivität einer Stadt und ihren gesellschaftlichen Zusammenhalt langfristig zu bewahren. Zum anderen sind die Genossenschaften nicht darauf angewiesen, ihre Investitionskosten in kürzester Zeit wieder einzuspielen, eben weil sie sehr langfristige, über Jahrzehnte reichende Interessen mit ihrem Engagement verfolgen. Ich bin mir sehr sicher, dass die Genossenschaften ihre Pläne mehr als einmal durchgerechnet haben und dass Spekulationen ihnen vollkommen fremd sind.

Denken Sie, dass sich auch die Genossenschaften durch so ein Projekt verändern?

Diesen Wandel signalisieren sie bereits, indem sie sichtbareren denn je bereit sind, an so einem exponierten Ort eine Verantwortung im Rahmen der Gesamtstadt wahrzunehmen. Das wird sich bei der großen Zahl ihrer Mitglieder spürbar auf die Identifikation mit der Stadt auswirken.

Hat das genossenschaftliche Bauen eine eigene Qualität?

Ich glaube, sie liegt darin, dass bei allen Vorhaben der Genossenschaften, das Gemeinschaftliche und der Gedanke einer langfristigen Verantwortung eine große Rolle spielen.

Empor gewachsen

Die Karl Marx feierte am 10. Oktober Richtfest im „Quartier Waldgarten“.

Schon in kürzester Zeit hat das jüngste Neubauprojekt der Genossenschaft in der Straße Zum Jagenstein beachtlich an Höhe gewonnen. Am 10. Oktober wurde für das „Quartier Waldgarten“ mit Bauleuten, Anwohnern, Vertretern der Stadt, des BBU und der Genossenschaft Richtfest gefeiert, nach zehn Monaten Bauzeit. Ende 2018 sollen die fünf Häuser mit 113 Wohnungen, nebst

zwei Tiefgaragen, fertiggestellt sein. „Das „Quartier Waldgarten“ ist ein positives Beispiel und ein wertvoller Baustein für eine nachhaltige Stadtentwicklung in der wachsenden Stadt“, lobte Potsdams Baubeigeordneter Bernd Rubelt. Ein Quartier, das mit Sensibilität weiterentwickelt wird.

Insgesamt 25 Millionen Euro investiert die Karl Marx an diesem Standort in der Waldstadt. Mit den Zwei- bis Fünfraumwohnungen entsteht ein neues Zuhause für kleine und große Haushalte. Alle Wohnungen

sollen barrierefrei erreichbar sein und sind mit Tageslichtbädern, Parkett und einer Fußbodenheizung ausgestattet. Die Wohnungen in den fünf vier- bis sechsgeschossigen Häusern sind durch Laubengänge miteinander verbunden und mit Aufzügen erreichbar. Jede Wohnung erhält einen großzügigen Balkon, die Erdgeschosswohnungen besitzen Terrassen zum begrünten Innenhof. Dort sind auch zwei Spielplätze sowie Outdoor-Fitnessgeräte vorgesehen. Ruhezone werden in die Außenanlage und den

Baumbestand integriert. Beim Richtfest konnten die Gäste schon mal die Größe der Wohnungen auf sich wirken lassen und in der Tiefgarage Elektroautos und dazugehörige Ladesäulen aus der Nähe betrachten. „Wir sind mit der EWP im Gespräch, um in dem Komplex auch Ladesäulen für Elektroautos zu installieren“, erläuterte Vorstand Bodo Jablonowski. Das Interesse daran komme aus den Reihen der Genossenschaftsmitglieder.

DER NEUBAU IN ZAHLEN

556

TREPPENSTUFEN



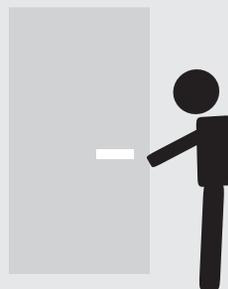
6315

WANDFLIESEN



765

TÜREN



650

FENSTER



5 227 578

PARKETTSTÄBCHEN



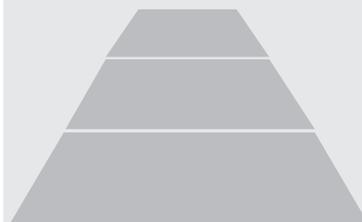
55

STÜTZEN



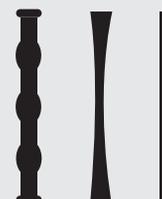
5100 m²

BODENPLATTE



2762

GELÄNDERFÜLLSTÄBE
TREPPENGELÄNDER



SCHWEBENDE LASTEN AM Q8

Die Fassadenarbeiten an der Konrad-Wolf-Allee sollen noch dieses Jahr enden.

Mitte November erreichen die Modernisierungen in Drewitz am sogenannten Quartier 8 an der Konrad-Wolf-Allee 8 bis 12 ihren vorläufigen Höhepunkt. Ein imposanter Spezialkran wird die neuen Balkone von Tiefladern in die Höhe wuchten, damit diese an der Fassade verankert werden können. Das ist neben dem großen Mobilkran auch wegen der ungewöhnlichen Größe der Balkone imposant, überschreiten diese doch in Nutzfläche und Gewicht die sonst üblichen Maße deutlich. Die Balkone sind das auffälligste neue Merkmal am Quartier 8, da sie den Gebäudekomplex zur Konrad-Wolf-Allee wie ein Band umschließen werden. Nach dem Willen der Bauherren, zu denen an dieser Stelle neben der Karl Marx auch die PWG 1956 und die Pro Potsdam gehören, soll so die Fassade deutlich aufgewertet werden und trotz unterschiedlicher Eigentumsverhältnisse

ein einheitliches Bild der Häuser ermöglichen. Der Gebäudekomplex Q8 besitzt aufgrund seiner Lage gegenüber dem Ernst-Busch-Platz eine Art Torfunktion für das Wohngebiet, wenn man aus Richtung Nutheschnellstraße kommt. Insgesamt werden 310 Balkonelemente an die Fassade montiert. „Es handelt sich um ein durchgängiges Balkonband“, sagt Sebastian Krause, Technischer Vorstand der Karl Marx, „das sich von den sonst üblichen übereinander liegenden Balkon unterscheidet.“ Wenn man künftig auf die Fassade blicke, werde die Horizontale durch die Balkone geprägt. Daraus ergebe sich für jede angeschlossene Wohnung eine erheblich größere Nutzfläche. „Auf der Innenhofseite dahinter werden auch neue, größere Balkone angebracht, aber nicht als durchgängiges Band, sondern in einzelnen, eher quadratischen Grundelementen“, sagt Sebastian Krause. Nach dem Verankern der Balkone an der Fassade werden die breiten metallischen Brüstungen an jedem Balkon

angebracht. Anschließend erfolgt die Herstellung der jeweiligen Fußbodenoberflächen. Eine farbliche Veränderung der Balkone sei nicht mehr notwendig, da die Betonteile bereits entsprechend pigmentiert sind, so Krause. Wenn die Wetterverhältnisse dem Ablaufplan keinen Strich durch die Rechnung machen, sollen Montage und Fußbodenherstellung in diesem Jahr noch abgeschlossen werden, sodass die Bewohner, die

während der Modernisierungsarbeiten in ihren Wohnungen bleiben konnten, die größere Fläche schon nutzen können.

Im letzten Schritt des Projektes erfolgt 2018 die gemeinsame Innenhofgestaltung der Außenanlagen. Sie wird sich zunächst auf Teilbereiche im Anteil der beiden Genossenschaften erstrecken, da die Pro Potsdam wegen ihrer später begonnenen Arbeiten Platz für die Baustelleneinrichtung benötigt.



Die noch eingehüllte Fassade am Q8 Gebäude in Drewitz

Neumann, 3 mal klingeln

„Schöne Idee“, sagt Gerlinde Neumann nachdem sie gelesen hat, dass die Genossenschaft überlegt, Hochbeete an einigen Standorten aufzustellen, um interessierten Mitgliedern ein Stückchen individueller Grünpflege in Hausnähe zu ermöglichen. „Was hältst du davon?“, will sie von ihrem Mann Manfred wissen, der sich den Artikel auf dem Küchentisch zu-rechtgelegt hatte. „Tjoo...“, entgegnet der gedehnt und zögerlich. „Wenn's funktioniert.“ Na ausprobieren sollte man das ruhig mal, findet Gerlinde. So komme wieder etwas mehr Farbe in die ja meist auf pflegeleicht getrimmten Außenanlagen, in denen die Bienen immer weniger Nahrung finden. Der Gedanke ist Man-

fred zwar sympathisch, aber sein Bauch sagt ihm, dass manche, die etwa andernorts ihren privaten Garten haben, das anders sehen könnten. „Leider ist es so, dass wir zwar alle Bienenfreunde sind, aber wenn es beispielsweise um die Kosten ginge, die das Gießen verursachen werde, dann ist auch bei der Bienenfreundschaft schnell Schluss mit lustig“, schwant ihm. „Ja, aber Moment mal“, wendet Gerlinde in einem Anflug von Empörung ein. So unromantisch will sie sich die Idee nicht vermiesen lassen. In der gelernten Buchhalterin rattert das Zahlenwerk. „Nehmen wir mal an, dass in so einem Hochbeet den Sommer über 100 Badewannen voll Wasser vergossen werden,

dann reden wir hier über rund 65 Euro, wenn das Wasser aus der Hausleitung stammt.“ Ob die der Hochbeetgärtner allein oder mit anderen gemeinsam trägt, darüber müsse man doch wenigstens reden können. „Ich meine ja nur...“, geht Manfred nicht ganz ernst gemeint in Deckung; andeutend, dass er hier nur stellvertretend den Miesepeter spielt. Trotzdem verzieht er sich lieber in den Keller, wohin er ohnehin wollte. Dort trifft er seinen Nachbar Schlonzke, der gerade eine Plastikanne abstaubt. „Was machst du denn da?“, fragt er. „Mensch, in fuffzig Tagen is Weihnachten“, sagt Schlonzke. Soso, denkt Manfred, aber wo er Schlonzke nun schon mal bei der Grünpflege



erlebt, kann er ihn auch fragen, was er vom Urban Gardening der Genossenschaft hält. „Blöder Name“, antwortet er erwartungsgemäß, um dann zu überraschen. Er habe ja auch schon daran gedacht, seinen Garten aufzugeben, weil ihm das alles nicht mehr so leicht falle. „Wenn se det orthopädisches Gärtnern nennen, weil de dir bei die Hochbeete nich so bücken musst, bin ick dabei.“



Die Expertenteams lassen sich von der Umgebung im Schlaatz inspirieren

SCHLAATZ: EINEN PARK ENTLANG DER NUTHE

Planer entwickeln kühne Ideen für das Wohngebiet von Morgen.

Vier Expertenteams aus Architekten, Landschafts- und Sozialplanern sowie Aktionskünstlern hatten sich vom 10. bis 13. Oktober intensiv mit dem Schlaatz, seinen Potenzialen und Perspektiven auseinandergesetzt. Im Rahmen der Werkstatt, die vier Wohnungsunternehmen des Arbeitskreises StadtSpuren ausgelobt hatten, entwickelten die Teams vor Ort durchaus kühne, kreative und visionäre Ideen für den Stadtteil. Die Gedankenspiele reichen von einer Internationalen Schlaatz-Ausstellung 2030, der Gestaltung des Stadtteils als eine autofreie Insel, einem begrünten

Stadtteil, in dem Hochregale mit Terrassen und Wintergärten vor die Häuser gestellt werden, bis zu einem Lichtboulevard, der sich als leuchtendes Band durch den Stadtteil zieht. Fast alle Teams sprachen sich dafür aus, die Nuthewiesen für die Bewohner des Stadtteils zugänglich zu machen und als Park zu entwickeln sowie eine Verbindung in Richtung Babelsberg herzustellen. Darüber hinaus wurde eine Verlagerung des eigentlichen Zentrums zum Magnus-Zeller-Platz angeregt. Unterschiedliche Ansätze hatten die Teams, was die bauliche Ergänzung des Stadtteils angeht. So könnten Wohnungen durch das Schließen der halboffenen Höfe entstehen. Gleichzeitig würden mit

den Innenhöfen Rückzugsräume für die Bewohner entstehen. Viele der entwickelten Ideen setzen auf die enge Einbeziehung der Bewohner. Unter dem Motto „Eine Stadt in der Stadt“ soll der Schlaatz so gefördert werden, dass er wie eine Kleinstadt funktionieren kann. Neben der Entwicklung von kleinteiligem Gewerbe und Institutionen, wie einem Ärztehaus, stehen die alltäglichen Aufgaben, wie Sauberkeit und Sicherheit im Kiez, an erster Stelle. Die Ergebnisse der Visionenwerkstatt fließen ein in das Leitbild für den Stadtteil und sind der Anstoß für den im kommenden Jahr vorgesehenen integrierten Planungsprozess, der unter breiter öffentlicher Beteiligung erfolgen wird.

RÜCKBAU IN DER STADTMITTE

Während die Stadtverwaltung das Investorenauswahlverfahren für die Stadtmitte „Am Alten Markt/Schloßstraße“, an dem auch die Karl Marx zusammen mit zwei anderen Genossenschaften teilnimmt, weiter vorantreibt, hat der Sanierungsträger Pro Potsdam parallel die Pläne für den Rückbau der alten Fachhochschule der Öffentlichkeit vorgestellt. Auf einer Informationsveranstaltung am 17. Oktober im Potsdam Museum - wie zuvor auf einer speziellen Anliegerversammlung mit den betroffenen Genossenschaften aus der Nachbarschaft Anfang September - wurden die Arbeitsschritte der kommenden Wochen und Monate erläutert. Demnach werden in diesen Tagen die vorbereitenden Maßnahmen des Rückbaus abgeschlossen, ehe bis zum kommenden Frühjahr die Schadstoffbeseitigung aus den Gebäudeteilen erfolgt. Das Abtragen des Baukörpers ist den Plänen zufolge von April bis August kommenden Jahres vorgesehen. Wie die Verantwortlichen vom zuständigen Sanierungsträger erläuterten, werden die Bauleute dabei geschossweise vorgehen. Es finden weder Sprengungen statt noch soll eine Abrissbirne zum Einsatz kommen. Die Abrissarbeiten sollen werktags von 7 bis 20 Uhr stattfinden. Nach der Entscheidung über die Sieger des Auswahlverfahrens im kommenden Frühjahr, werden die Stadtverordneten im Juni über das Baukonzept im sogenannten Block III, dem südlicher, näher am Landtag gelegenen Baufeld entscheiden. Die Erschließung des Baugrundstückes soll dann bis September 2019 erfolgen, ehe der Hochbau auf der Fläche beginnen kann. Die Entwicklung im nördlicher gelegenen Block IV ist im Zeitraum von 2018 bis 2023 geplant.

NEWS UND TIPPS

Frühstück für Schwangere

Um die Zeit bis zum großen Moment etwas zu erleichtern, lädt der Treffpunkt Freizeit, Am Neuen Garten 64, Schwangere mit und ohne Begleitung wieder am 16. November und am 14. Dezember zu einer Frühstücksrunde ein. Jeweils von 10 bis 12 Uhr kann man sich hier über kleine und große Fragen austauschen und neue Kontakte knüpfen.

Anmeldung bei Henrike Franke 0160/8400987 oder Eva Leichenring 01511/0606120, Kosten für das Frühstück: 1 Euro. Netzwerk-gesunde-kinder.de/Potsdam

Fahrradwerkstatt im Begegnungszentrum

Wer sein Fahrrad winterfit machen oder aus dem alten Rostroß wieder einen blinkenden

Flitzer hervorzaubern möchte, der hat dazu im November freitags im oskar, dem Begegnungszentrum in der Gartenstadt Drewitz in der Oskar-Meister-Straße 4-6 Gelegenheit. Unter der fachkundigen Anleitung von Frank Gliemann bietet sich die Gelegenheit ausrangierte oder defekte Fahrräder selbst zu reparieren.

www.oskar-drewitz.de

DIE WEIHNACHTSSTUBE VON KARL MARX

Genossenschaft lädt die Jüngsten zum Plätzchen backen und Adventsbasteln ein.

Am 2. Dezember wird die Geschäftsstelle der Karl Marx in der Saarmunder Straße für drei Stunden zur gemütlichen Weihnachtsstube. An diesem Samstag lädt die Genossenschaft ihre jüngsten Bewohner – Mädchen und Jungen zwischen 4 und 12 Jahren – zum Plätzchen backen, Adventsbasteln und zur Märchenstunde ein. Von 14 bis 17 Uhr können die Kinder mit und ohne Eltern schon die ersten Weihnachtsgeschenke oder Schmuck für den Weihnachts-

baum basteln. Tatkräftige Unterstützung bekommen sie an diesem Nachmittag von den erfahrenen Bastelexperten aus dem Sterntreff. Und wer lieber Teig ausrollt, als mit der Schere hantiert, der kann sich in der hauseigenen Weihnachtsbäckerei beim Plätzchen backen versuchen. Belohnt werden alle Wichtel mit einem zünftigen Bratapfel und einer Weihnachtsgeschichte. Die Märchen-erzählerin wird die großen und kleinen Besucher schon mal auf die Adventszeit einstimmen. **Bastelfreunde und Plätzchenbäcker sollten sich unbedingt bis zum 24. November bei Frau**

Mende, Tel. 6458 107 anmelden, damit der Teig auch für die

Plätzchen reicht und die Kinderbetreuung organisiert ist.



Potsdamer Lichtspektakel



LICHTHAUS AMMON

Drei Tage lang, vom 3. bis 5. November, wird Potsdam in ein besonderes Licht getaucht. Damit wird die Veranstaltungsreihe „Potsdam im Licht“ eingeläutet, die am 20.1.2018 mit „Erlebe Deine Stadt“ endet. An die 30 Gebäude der Stadt lassen internationale Lichtkünstler am Wochenende erstrahlen. So wird die Hegelallee zum illuminierten Erlebnispfad, hier wird die alte Fassade des traditionsreichen Lichthauses Ammon beleuchtet. Davor sorgt ein überdimensionales Leuchtbild für Staunen.



PLATZ DER EINHEIT

Am Platz der Einheit kann man auf Lichtschaukeln der chilenischen Künstlerin Majorie Chau in Klang- und Lichtwelten entsweben. Durch das Auf und Ab der Schaukel entstehen geometrische Figuren auf dem Segel und so wird eine Art Kaleidoskop-Effekt erzeugt. Magie und Technik verschmelzen bei der Installation „Naufrago“ zu einer Fantasy-Welt. Steht die Schaukel still, erklingt ein sanftes Meeresrauschen, beim Schaukeln sind verschiedene Melodien zu hören.



MONOLITHS

An der Glienicker Brücke werden Stücke der Mauer von dem Lichtkünstler Malte Kebbel zum Leuchten gebracht. Für seine Installation „Monoliths“ hat er vier originale Berliner Mauerstücke mit lumineszierendem und farbig reflektierendem Epoxidharz als ebenem 3D-Reliefdruck beschichtet und zu einem Steinkreis angeordnet. 8 Lichtstrahler lassen die lichtempfindlichen Mauerobjekte dabei durch ultraviolettes Licht und atmosphärisches Blaulicht erstrahlen.



MERCURE HOTEL

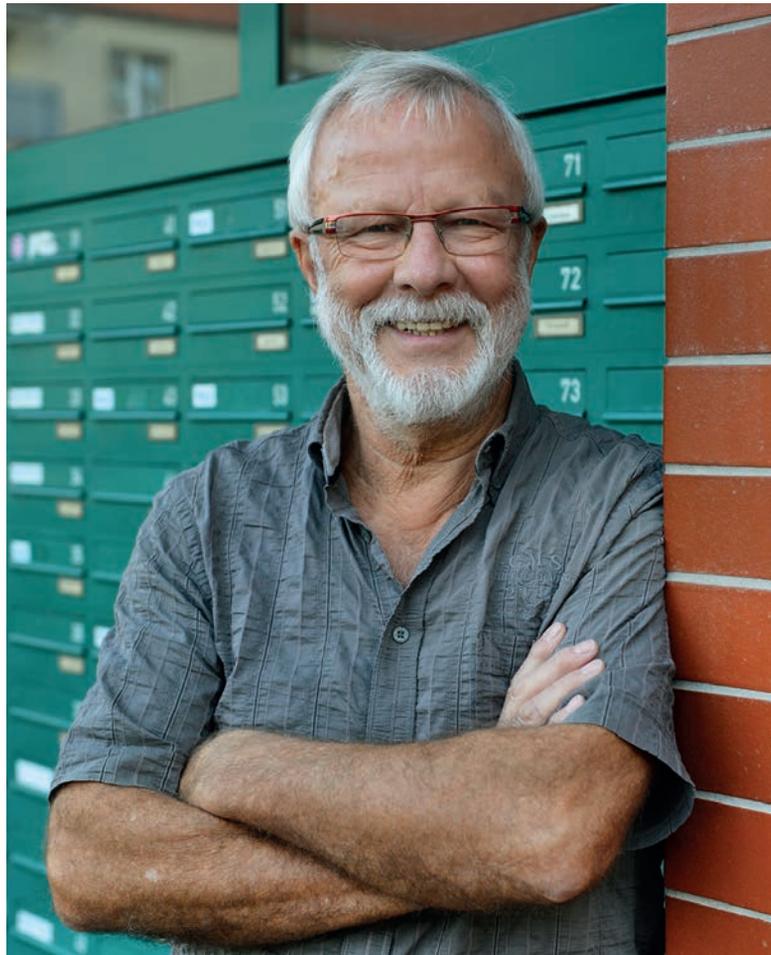
Der 1969 erbaute DDR-Plattenbau und das ehemalige Interhotel zwischen Hauptbahnhof und vis-à-vis dem Brandenburger Landtag wird drei Tage lang in schillernden Farben illuminiert. Mit seinen 60 Metern Höhe ist das Mercure Hotel und sein imposantes Lichterspiel auch von Weitem gut zu sehen. Die gesamte Gebäudefläche wird auf der Lustgarten-Seite mit einem Lichtteppich – kreiert von dem österreichischen Lichtkünstler Harald Tragweinl – in Szene gesetzt.

Mit dem Blick für den Nachbarn

Im kommenden Frühjahr wählen die Mitglieder der Karl Marx ihre neue Vertreterversammlung. Die neuen Vertreter werden die Entwicklung der Genossenschaft in den nächsten vier Jahren ganz wesentlich mitgestalten; aufregende Jahre, in denen die Karl Marx etwa vielfältige Neubaufgaben

in Angriff nehmen wird. Wie man sich als einzelner Vertreter in die Mitgestaltung einbringen kann, können uns am besten die Aktiven der aktuellen Wahlperiode erklären, von denen wir einige in den nächsten Ausgaben des KM-Magazins vorstellen.

Klaus-Peter Beer hat sich nicht ins Vertreteramt gedrängt. Inzwischen ist er allerdings so lange dabei, dass ihm gar nicht einfallen will, wann er zum ersten Mal gewählt wurde. „Das muss, das muss...nee, da war ich doch auch schon dabei“, sagt der 71-Jährige, lebhaft in seinen Erinnerungen kramend. 2006 war es das erste Mal, wie sich herausstellt, und gesucht hat er die Aufgabe nicht gerade, aber vielleicht sie ihn. Dass es keine langen Überredungskünste brauchte, um sich der Wahl zu stellen, hat mehrere Gründe. Der zunächst Wichtigste war sein früherer Nachbar Helmut Dutschke, ein angesehenes älteres Mitglied und seinerzeit selber Vertreter der Karl Marx. Klaus-Peter Beer schätzte den Gedankenaustausch mit dem sachlichen, freundlichen Mann, der mit gewinnenden Worten veranschaulichte, dass das Zusammenleben in einer Genossenschaft unter den Möglichkeiten bleibt, wenn man nicht auch selbst bereit ist, ein Stückchen Verantwortung für das Gelingen zu übernehmen. Beer ist im Hochhaus in der Flotowstraße im Wohngebiet Am Stern seit 44 Jahren zuhause. Fremd hat er sich hier nie gefühlt. Dem Stern den Rücken zuzukehren, hat ihn, wenn überhaupt, nie länger beschäftigt. Das etwas Unpersönliche, das Hochhäusern mit ihren 84 Parteien auf 14 Etagen mitunter nachgesagt wird, bestreitet Klaus-Peter Beer. „Wir reden hier vielleicht mehr als im Fünfgeschosser“, erklärt er. Gewiss, Klaus-Peter Beer ist zuzutrauen, dass er auch in anderen Umgebungen gut zu recht gekommen wäre. Das liegt



Klaus-Peter Beer vor seinem Wohnhaus in der Flotowstraße

an seinem wachen Blick, in den kleinen Alltagsdingen auch die größeren Fragen zu erkennen, von denen manche durchaus in die genossenschaftliche Debatte gehören. So wollte seine Nachbarin gern Essdiele und Küche zusammenlegen, stieß damit aber in der Geschäftsstelle nicht gerade auf offene Ohren. Er erkundigte sich nach dem Warum, erfuhr dass sich die Wohnungen dann mitunter schwerer wieder vermieten lassen. Beers beharrlicher Hinweis an die Vertreterversammlung, Bestandsmodernisierung zu nutzen, mindestens einige Wohnungen immer gleich auch altersgerecht auszustat-

ten, hatte ihren Ursprung auch in der Nachbarschaft und dazu beigetragen, dass die Karl Marx inzwischen diesen Kurs verfolgt. Er hatte sich bei der Familie einer Rollstuhlfahrerin erkundigt, wie eingeschränkt die Bewegungsfreiheit im Bad sei? „Sehr“, war die Antwort, die Klaus-Peter Beer nicht für sich behielt. „Vor Kurzem habe ich am Briefkasten versucht“, sagt er, „mich mit einem neuen Mitbewohner aus einer unserer vier Migrationsfamilien zu verständigen, wie es geht und so.“ Das habe er etwas gezielter als sonst gemacht, wo er eher beiläufig mit den Nachbarn ins Gespräch kommt. Aber hier

lag der Fall etwas anders. „Natürlich haben auch wir uns Sorgen gemacht, wie es gelingen kann, dass so viele Menschen mit anderem kulturellen Hintergrund hier heimisch werden.“ Einen beunruhigenden Anlass gab es dafür zwar nicht, aber mit etwas Offenheit, Gesprächsbereitschaft unter Nachbarn zu signalisieren, wirke auf das ganze Haus, ist Beer überzeugt. Der Kontaktversuch am Briefkasten blieb holprig, aber man sei sich in der Folge zugleich näher gekommen, zumal beide Gemeinsamkeiten feststellten, etwa dass sie aus der Elektro-Branche kommen. „Hilfreiche Anknüpfungspunkte vorhandene Informationsdefizite, etwa dass man einen neu gekauften Herd – wie vorgekommen – nicht selber anschließen sollte, schneller abzubauen“, sagt Klaus-Peter Beer.

Kommunikation sei das A und O, ist er überzeugt. Sie sollte in Richtung der neuen Nachbarn noch gezielter, vielleicht als regelmäßige Sprechstunde, ausgebaut werden. Das sei ja unter den Alteingesessenen, wenn auch nicht so spezifisch, im Grund nicht anders. Dass seine Rolle als Vertreter in diesem Zusammenhang eine besondere ist, bestreitet Klaus-Peter Beer. „Die wenigen offiziellen Termine, die mit der Aufgabe verbunden sind“, das schafft man, auch wenn man noch im Beruf steht“, glaubt er. Denn er ist überzeugt: „Wir brauchen mehr junge Kandidaten als Vertreter. Sie haben einen eigenen Blick auf die Dinge.“ Wie einst Dutschke ihm, will er deshalb unter Jüngeren die Frage stellen. Vertreter sein, ist auch ein Lernprozess.



Claudia Windisch ist die "Kümmerein" bei der WG Johannstadt



Die Generationenband "Big Joe" spielt auch in der Johannstadthalle

Alltagsbegleiter schaffen Kontakt

Dresdner Wohnungsgenossenschaft Johannstadt unterstützt ältere allein lebende Mitglieder.

Der diesjährige Genossenschaftstag beschäftigte sich mit dem Thema Kooperation. Die vielfältigen kulturellen und sozialen Fragen, die die Entwicklung eines Quartiers mit sich bringen, sind ohne Zusammenarbeit mit anderen kommunalen Einrichtungen oder privaten Trägern nicht zu lösen. Die Wohnungsgenossenschaft Johannstadt (WGJ) in Dresden organisiert für ihre Mitglieder seit einigen Jahren verschiedene Angebote, die über klassische Wohnungsfragen hinausgehen. Beim Genossenschaftstag in Potsdam gab die WGJ einen Einblick in ihre sozialen Aktivitäten. So hat die WGJ ein Kooperationsnetzwerk mit unterschiedlichsten Partnern wie teilAuto, dem KONSUM Dresden, dem Psychosozialen Trägerverein, dem DRK, dem Diabetiker Bund geknüpft. Ein weiteres Standbein ihres sozialen Engagements im Quartier ist die Zusammenarbeit mit dem Verein Johannstadthalle, den die WGJ mit Spenden unterstützt. Mit sei-

nen Kultur- und Sportangeboten, die auch offen für die Mitglieder der WGJ sind, gestaltet der Verein im Gegenzug eine aktive Stadtteilarbeit. Auch aus den eigenen Reihen der Genossenschaft kommen Angebote für die Mitglieder. Neben einer Sozialpädagogin, die als „Kümmerein“ und Netzwerkerin bei der WGJ arbeitet, unterstützen seit zwei Jahren „Alltagsbegleiter“ ältere Mitglieder, die bei der WGJ zu Hause sind. Sie helfen den Senioren beim Einkaufen, begleiten sie zum Optiker, treffen sich auf eine Tasse Kaffee, gehen spazieren – verbringen Zeit miteinander. „Unsere Alltagsbegleiter sind keine Reinigungskräfte, auch wenn sie mal im Haushalt mit zur Hand gehen, und auch keine Pfleger“, klärt Claudia Windisch, Sozialpädagogin bei der WGJ auf. Vor allem leisten sie den Senioren, die in den meisten Fällen allein in ihrer Wohnung leben, für ein paar Stunden Gesellschaft, verbringen gemeinsam mit ihnen Zeit und erleichtern mit kleinen Hilfen den Alltag. Als „Kümmerein“ der Genossenschaft koordiniert Claudia Windisch die Arbeit derzeit 16 Alltagsbegleiter, die alle ehrenamt-

lich im Einsatz sind. Sie stellt die ersten Kontakte zwischen Beiden her, nicht ohne vorher Gespräche mit den Beteiligten geführt zu haben. „Nicht jeder passt zu jedem, auch hier muss die Chemie stimmen“, weiß sie aus Erfahrung. „Die gemeinsame Zeit, das Zusammensein muss sich gut anfühlen.“ Seit 2016 wird das Projekt vom Land gefördert, so kann den Alltagsbegleitern eine kleine Aufwandsentschädigung gezahlt werden. Das viel größere Plus sieht Claudia Windisch in der unmittelbaren Nähe zwischen Begleitern und Senioren. „Unsere Alltagsbegleiter kommen fast alle aus den Reihen der Genossenschaft und sind damit häufig Nachbarn der Senioren, wohnen nur ein paar Straßen entfernt.“ Das sei ein wichtiger Punkt, den die Sozialpädagogin bei der „Vermittlung“ im Blick hat. Wie oft sich Begleiter und Senioren treffen, regeln beide untereinander, genauso die geplanten Aktivitäten. Mancher möchte in die Oper begleitet werden, andere freuen sich auf eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen im eigenen Wohnzimmer. Das Projekt der Alltagsbegleiter sei kein Selbstläufer, sagt die So-

zialpädagogin. „Zwar haben wir genug engagierte Begleiter, doch die Senioren tun sich oftmals schwer dieses Angebot anzunehmen. Sie wollen niemandem zur Last fallen“, berichtet Claudia Windisch. Doch gerade ältere Menschen, die ihren Partner verloren haben, schon eine Weile allein leben und die kaum noch Kontakt zu anderen haben, brauchen Gesellschaft. „Nicht selten kommt der erste Anstoß von mir“, sagt sie. Und sie weiß, dass es gut funktionieren kann und kann auf 16 Beispiele verweisen.

Wohnungsgenossenschaft Johannstadt

- > 1957 gegründet
- > 7700 Wohnungen in der Innenstadt von Dresden
- > knapp 8000 Mitglieder
- > Durchschnittsalter der Mitglieder 62 Jahre
- > 2% der Nettajahressollmiete wird für soziales Engagement investiert
- > Kooperationsnetzwerk mit DRK, KONSUM, teilAuto, Deutscher Diabetiker Bund, Psychosozialer Trägerverein, Brillux



Dieser Spitzahorn entfaltet seine Pracht in der Straße am Moosfenn

Eine Augenweide der Landschaft

Der Bergahorn hat nicht nur wertvolles, vielseitig verwendbares Holz, sondern auch eine spannende Kulturgeschichte. Früher versuchten unsere Vorfahren mit diesem Baum, Hexen, Maulwürfe oder Blitzschläge von Haus, Hof und Feldern fernzuhalten.

Gerade im Herbst ist jeder Ahornbaum ein Hingucker, mit seiner spektakulären Laubfärbung – in sattem Gelb, warmem Orange bis zum intensiven Rot leuchten die Blätter – ist er ein echter Blickfang. Und bei den

Ahornsirup wird aus dem Saft von Zuckerahorn gewonnen, der in Nordamerika heimisch ist.

Kindern sind die großen bunten Blätter, die Ähnlichkeit mit einer gespreizten Hand haben, ohnehin beliebt. Genauso wie die Nasenzwicker, die Ahornfrüchte, die zwei lange Flü-

gel aufweisen als sogenannte Schraubenflieger mit 16 Umdrehungen in der Sekunde zu Boden segeln. Die biologischen Helikopter werden vom Wind oft 100 Meter weit getragen und sorgen so für eine erfolgreiche Verbreitung.

Weltweit kommen in der Gattung der Ahorne etwa 150 Arten vor. Der Laubbaum ist in Nordafrika, Eurasien und Nordamerika verbreitet. Ein Großteil der Arten hat seine Heimat in Asien und Nordamerika. Allein in China kommen 99 Ahornarten vor. Und Kanada trägt das Ahornblatt sogar im Wappen.

In unseren Breiten sind nur wenige Arten heimisch – der Berg-, Spitz-, Feld- und Silberahorn. Die wachsen allesamt auf den Grundstücken der Karl Marx. Genau 498 Exemplare zählt das Baumkataster. Spitzenreiter ist der Spitzahorn, dem seine spitzen Blattenden den Namen gegeben haben. An 232 Standorten ist er bei der Genossenschaft zu finden, meist in der Waldstadt I und II, doch auch in den übrigen Stadtteilen ist der anpassungsfähige Ahorn anzutreffen. Auf Platz 2 der Häufigkeitsskala

kommt der Bergahorn. 115 Exemplare wachsen vor oder hinter den Häusern der Genossenschaft. Drei davon haben sogar das ganze Jahr rote Blätter, allerdings nur auf der Unterseite. „Der Blutblättrige Bergahorn verdankt seine Färbung einer Laune der Natur. Für die Färbung ist eine natürliche Mutati-



on verantwortlich, die sehr selten auftritt“, erklärt Alexander Haase, Baumsachverständiger der Karl Marx. „Ein noch junges Exemplar, etwa 30 Jahre alt und 12 Meter hoch, steht hinter den Häusern am Moosfenn 2 – 4. Er wird die Kiefern noch lange überleben“, weiß Haase. Wie

die Eiche kann der Bergahorn bis zu 500 Jahre alt werden.

Ein ausgewachsener Bergahorn wird 35 bis 40 Meter hoch und zählt somit zu den großgewachsenen Arten. Bei jungen Bäumen ist die Rinde hellbraun bis grau und glatt. Sie wandelt sich später ins Dunkelgraue und blättert im fortgeschrittenen Alter in Platten ab.

Der Ahorn ist nicht nur sehr anpassungsfähig – er wächst in Parks, Gärten und als Straßenbaum – auch sein Holz ist sehr wertvoll. Das gelblich-weiße Holz des Bergahorns ist elastisch, zäh und hart und zählt zu den Edellaubhölzern. Seit langem wird ausgesuchtes Bergahornholz zur Herstellung von Musikinstrumenten verwendet. Böden, Zargen und Hälse aus Ahorn sind für klassische Streichinstrumente die Regel. So wurde auch die berühmte Stradivari aus Bergahorn-Holz gebaut. Auch für Massiv-Möbel wie Tische, Regale, Schränke liefert der Bergahorn gutes Holz. Der Sage nach, soll auch das trojanische Pferd, mit dem die Griechen die Stadt Troja eroberten, aus Ahornholz bestanden haben.

Unsere Vorfahren schrieben dem Ahorn große Abwehr- und Heilkraft zu. So wurden Keile aus Ahornholz in Türen und Schwellen geschlagen, um Hexen abzuwehren. Die Bauern umgaben ihre Kartoffelfelder mit Ahorntrieben. Damit wollten sie Maulwürfe fernhalten. Am Johannistag, dem 24. Juni, gepflückte Ahornzweige sollten Gebäude vor Blitzeinschlag schützen. Spürbare Heilkraft wurde Umschlägen aus gequetschten Blättern und Rinde nachgesagt. Sie sollen eine kühlende und abschwellende Wirkung haben. Und in Kriegszeiten wurde das junge, zarte Laub, vor allem des Spitzahorns, als Salat verspeist. Im Volksmund taucht deshalb der Name „Salatbaum“ auf.



Bioabfälle am besten ohne Plastik- und Bio-Plastiktüten entsorgen

DÜRFEN BIO-PLASTIKTÜTEN MIT IN DIE BIOTONNE?

Bioplastik in die Biotonne? Da kann man doch nichts falsch machen. „Denkstel“, sagen uns die Experten der Abfallberatung im Rathaus, auch Abfalltüten mit der Bezeichnung „Bio-Plastik“ oder ähnliche kompostierbare Plastiktüten, gehören nicht (!) in die Biotonne. Dass herkömmliche Plastiktüten mit dem Plastikabfall in die gelbe Tonne entsorgt werden, sollte sich unter den meisten Menschen herumgesprochen haben. In Potsdam gilt diese Regelung

auch für „Bio-Plastiktüten“. Aus mehreren Gründen, wie die Experten erklären. Ein Grund dafür sei, dass Bio-Plastiktüten in der Kompostieranlage nicht ausreichend schnell zersetzt und abgebaut werden und damit die Qualität des Komposts gefährdet wird. Die „Bio-Plastiktüten“ müssen deswegen wie herkömmliche Plastiktüten in der Anlage als sogenannte Störstoffe aufwendig aussortiert werden. Dies führt zu höheren Kosten für die Kompostierung

WAS IST „BIOPLASTIK“?

Es gibt keine eindeutige oder gesetzliche Definition von „Bio-Plastik“ und „Bio-Kunststoff“ wie es zum Beispiel bei Bio-Lebensmitteln der Fall ist, die besondere ökologische Standards erfüllen müssen. Die Bezeichnung „Bio-Plastik“ ist letztlich irreführend: die Tüten bestehen zwar aus Agrarrohstoffen und sind biologisch abbaubar, allerdings stammen diese nachwachsenden Rohstoffe nicht aus der Bio-Landwirtschaft. Eigentlich müsste „Bioplastik“ daher eher „agrarbasiertes“ Plastik heißen. Was sich genau hinter einer bestimmten „Bio-Plastiktüte“ verbirgt, steht vielleicht konkreter auf der Tüte oder muss beim Hersteller erfragt

werden. Meistens werden „biobasierte“ Tüten aus Ethanol hergestellt, das etwa aus brasilianischem Zuckerrohr gewonnen wird. Dies wird zur Herstellung konventioneller Kunststoffe wie PE (Polyethylen) und PET (Polyethylenterephthalat) genutzt. Diese Tüten sind nicht biologisch abbaubar. Weit verbreitet ist auch die Produktion von Tüten aus Mais- oder Kartoffelstärke, die dann auch biologisch abbaubar sind. Mit der Stärke werden meistens Tüten aus PLA (Polymilchsäuren) produziert. Eindeutige Umweltvorteile haben Tüten aus „biobasierten“ Rohstoffen gegenüber erdölbasierten Tüten jedoch nicht. (Quelle: NABU)

von Bioabfällen. Außerdem bergen diese Beutel eine Verwechslungsgefahr. So unterscheiden sich die „Bio-Plastiktüten“ in ihrer Struktur und Erscheinung oftmals kaum von herkömmlichen Plastiktüten. Dadurch kann es beim Abholen der Tonnen passieren, dass eine Biotonne auf Grund einer scheinbaren Fehlbefüllung von den Müllwerkern nicht entleert wird, weil sie anhand von Beschaffenheit und Verschmutzung den Unterschied in der Tonne kaum feststellen können.

Die Experten der Abfallberatung im Rathaus raten deshalb zum Auskleiden der Biomüllbehälter in der Wohnung Papiertüten, Küchenkrepp oder Zeitungspapier zu nutzen, um die Bioabfälle zu verpacken. Papier nimmt zudem austretende Feuchtigkeit gut auf und wird in der Kompostieranlage problemlos zersetzt. Die Nutzung von Zeitungspapier vermindert in den Wintermonaten zusätzlich das Festfrieren des Bioabfalls an den Wänden und Böden der Biotonnen.

IMPRESSUM

Herausgeber

Wohnungsgenossenschaft „Karl Marx“
Potsdam eG, Saarmunder Straße 2,
14478 Potsdam, Tel. 0331 6458-0,
wgkarlmarx.de

Redaktion Anke Ziebell, Martin Woldt
Grafikdesign annika.luebbe@berlin.de

Bilder Tina Merkau / S.5 fotolia.com,
evarin20 / S.6 Projektkommunikation,
Benjamin Maltry / S.7 oben
fotolia.com, JenkoAtaman, unten
potsdamer-lichtspektakel.de, links
Enrico Verwoner / S.9 links Dresdner
Morgenpost - Steffen Füssel, rechts
Big Band "Big Joe" / S.10 Illustration
istock.com, saemilee / S.11 fotolia.
com, trattiertratti

Druck

www.gieselmanndruck.de
Redaktionsschluss 22.10.2017
Redaktionsschluss für die nächste
Ausgabe ist der 22.11.2017

GEBURTSTAGS-GLÜCKWÜNSCHE

Oktober - November 2017

90 + JAHRE

Erika Baade, Gerhard Demmig, Ursula Dünkler, Gerda Gerdes, Edeltraud Jung, Regina Meyer, Lydia Noack, Werner Pester, Erna Rump, Ursula Saueremann, Katharina Tscherner

85 JAHRE

Annemarie Arzig, Klaus Borkenhagen, Sonja Hähnel, Rosemarie Jagodzinski, Elisabeth Kramer, Horst Lange, Hans Lenius, Margot Mittelstädt, Günter Nielbock, Erich Schirrmeier, Werner Siemens

80 JAHRE

Gisela Banse, Brigitte Bartsch, Edith Behrendt, Ingrid Bobert, Eckardt Buchmann, Christa Diettrich, Elsa Drus, Helga Elbrandt, Brigitte Engels, Ursula Fichtner, Gudula Gorges, Anita Henning, Waldemar Hübner, Brigitte Kakowski, Marlene Klatt, Kurt Limmer, Horst Mühle, Hannelore Reboullion, Franz Sarger, Anneliese Scharf, Dieter Schulz, Friedhelm Senz, Eveline Specht, Manfred Weber, Christa Wetzels, Waltraud Zander

75 JAHRE

Klaus-Dieter Bernicke, Heinz-Joachim Bode, Eveline Fischer, Helmut Gabel, Bodo Greulich, Detlef Gürtler, Hans-Joachim Harder, Barbara Heinrich, Rainer Hoffmann, Hannelore Klein, Roswitha Kaul, Heiderose Kettner, Gyburg Kostka, Horst Lange, Anita Lailach, Dieter Lumpitzsch, Rosemarie Pappe, Irmtraud Schmidt, Bärbel Seefeldt, Jürgen Siecke, Roswitha Sonnenburg, Antje Tolksdorf, Roland Walter, Kurt Weber, Jürgen Wecke, Ingo West

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH



Karin Philipp und Wilfried König leiten die beiden Selbsthilfegruppen des Diabetiker Bundes in Potsdam

Gemeinsam die Krankheit zügeln

Karin Philipp engagiert sich seit 12 Jahren in der Selbsthilfegruppe des Deutschen Diabetiker Bundes.

Karin Philipp wirft so schnell nichts aus der Bahn. Das mag daran liegen, dass sie mit ihren 73 Jahren recht beweglich ist – mit ihren Gedanken und auch mit ihren Beinen. Zweimal in der Woche wird geturnt und ihre Wege erledigt die Potsdamerin, die in der Französischen Straße wohnt, ohnehin zu Fuß. Den regelmäßigen Sport hat sie sich gewissermaßen selbst verordnet. Seit sie vor 13 Jahren die Diagnose Diabetes bekam. „Natürlich war es erst einmal ein Schock für mich, als mir der Arzt sagte: Sie haben Diabetes Typ 2, die sogenannte Altersdiabetes“, erzählt sie in ihrer direkten Art. Während andere mit dem Schicksal hadern, scheint sie die Diagnose angestachelt zu

haben, alles über die Krankheit wissen zu wollen. „Mir wurde schnell klar: Ich kann gut mit der Krankheit leben, wenn ich den Kopf nicht in den Sand stecke und lerne mit der Diabetes umzugehen.“ Die Selbsthilfegruppe des Deutschen Diabetiker Bundes ist für sie ein Schritt auf diesem Weg. Seit 12 Jahren leitet sie die Selbsthilfegruppe, die sich einmal im Monat, immer dienstagsvormittags, trifft.

Der Austausch mit anderen ist wichtig, hilft einfach im Umgang mit der Krankheit.

20 Frauen zwischen 65 bis Mitte 80 gehören dazu, einige sind Nachbarn von Karin Philipp. „Der Austausch mit anderen Be-

troffenen ist wichtig, hilft einfach im Umgang mit der Krankheit, wenn man sieht, dass man mit den Problemen nicht allein dasteht und sich hilfreiche Tipps geben kann“, weiß Karin Philipp. Regelmäßig werden zu den Treffen Experten eingeladen – Ärzte, Podologen, Ernährungs- und Diabetesberater – die über neue Entwicklungen informieren und Fragen beantworten.

„Natürlich reden wir bei unseren Treffen über die Krankheit, aber nicht nur. Wir gehen wandern, machen Dampferfahrten und Ausflüge, bleiben so in Bewegung.“ Für Karin Philipp zahlt sich die regelmäßige Bewegung aus. „Ich habe meinen Blutzucker so besser im Griff, komme mit Tabletten aus und muss noch nicht spritzen. „Und wenn ich einen langen Spaziergang hinter mir habe, sind auch mal zwei Stückchen Schokolade drin“, sagt sie mit einem Lachen. „Denn als Diabetiker kann ich alles essen, nur eben in Maßen.“ Zwei Selbsthilfegruppen hat der Deutsche Dia-

betiker Bund in Potsdam. „Eigentlich müssten wir viel mehr sein“, meint Brandenburgs Landesvorsitzender Wilfried König, der selbst eine Selbsthilfegruppe leitet. Immerhin ist jeder Zehnte von der Volkskrankheit betroffen, allein in Potsdam wären das etwa 16.500 Frauen und Männer. „Als größte Selbsthilfeorganisation von und für Menschen mit Diabetes haben wir uns der Aufklärungsarbeit über die Stoffwechselkrankheit verschrieben und bieten Betroffenen und ihren Angehörigen eine individuelle Beratung an, auch zu rechtlichen und sozialen Fragen und Problemen.“ Selbst wenn Diabetes bei Älteren häufiger auftritt, sind immer mehr junge Menschen davon betroffen, sogar etliche Kinder. „Für sie und ihre Angehörigen wollen wir eine Selbsthilfegruppe in Potsdam ins Leben rufen, um sich gemeinsam auszutauschen.“ Einen ersten Kontakt können Interessierte in der Geschäftsstelle in der Schopenhauerstraße 37 aufnehmen. Noch etwas hat sich Wilfried König vorgenommen: „Wir wollen mehr Mitstreiter und auch Förderer für den Diabetiker Bund gewinnen. Denn unser Verein arbeitet ausschließlich auf ehrenamtlicher Basis und braucht Verstärkung.“

Alles über Diabetes

Am 15.11. findet eine gemeinsame Veranstaltung des Deutschen Diabetiker Bundes, LV Brandenburg, mit dem St. Josefs-Krankenhaus Potsdam-Sanssouci anlässlich des Weltdiabetestages statt. Von 14 - 17 Uhr in der Wissenschaftsetage des Bildungsforums, Am Kanal 47 kann man sich über Selbsthilfegruppen für Diabetiker, sowie den Deutschen Diabetiker Bund informieren. www.ddb-brb.de