



## 15 Jahre ehrenamtliches Engagement für ein Leben in Selbstbestimmung und Würde

Ausgabe: Juni 2007

### „INFO“

Das INFO- Heft des Stargarder Behindertenverbandes e.V. erscheint monatlich.  
Redaktionsschluss ist jeweils der 10. des Monats.

**Auflagenhöhe:** 220

**Herausgeber:** Vorstand des Stargarder Behindertenverbandes e.V.  
Walkmüllerweg 4a, 17094 Burg Stargard

**Copyright:** Das Copyright sowie die Verantwortlichkeit für Inhalte und Texte  
liegen beim Herausgeber, vertreten durch den Vorsitzenden,  
Herrn Peter Braun.

**Fon/Fax:** 039603 2 04 52/ 2 28 51

**E-Mail:** kontakt@bhv-ev.de

**Homepage:** <http://www.bhv-ev.de>

**Spendenkonto:** 36014045 BLZ: 15051732 Sparkasse Mecklenburg- Strelitz

**Öffnungszeiten:** Geschäftsstelle  
Montag-Freitag 8.00 – 16.00 Uhr

**Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des Verfassers wieder.**

*Sehr geehrte Mitglieder und Freunde,*

am 30. Mai waren wieder Gäste und Freunde aus Neubrandenburg bei uns zu Gast, darunter auch einige Freunde der Selbsthilfegruppe Polio.

In gemütlicher Runde wurden Gespräche und Kontakte gepflegt und besonders freuten sich alle, dass die Grillparty doch nicht ins Wasser fiel.

Herr Braun setzte all seine Grillkünste ein, um die Versorgung mit Bratwürsten abzusichern. Am Nachmittag hatten wir dann die Kinder von der KITA Märchenwald zu Gast, die für uns ein kleines Programm einstudiert hatten. Als Dankeschön hat der Stargarder Behindertenverband e.V. am 1. Juni zur Kutschfahrt eingeladen und den Wagen für die Kinder geschmückt! Bereits am Vormittag übergaben Frau Nagel, Herr Braun und Herr Köpnick ein kleines Geschenk und beste Grüße von Mischka den Bären. Bei schönem Wetter fanden sich alle 105 Kindern der integrativen KITA "Am Märchenwald" auf dem Spielplatz ein und freuten sich über unseren Besuch. Gleichzeitig gab es für die Mitarbeiter/innen zum 60. Bestehen der Kindereinrichtung in Burg Stargard Glückwünsche. Beim Rundgang durch die Räumlichkeiten konnten wir uns davon überzeugen, dass die Kinder gut aufgehoben sind und die Erzieherinnen mit vielen Ideen den Tag gestalten.

**Also herzlichen Glückwunsch liebe Kinder zum Kindertag!**

Nötig ist es allemal, denn eine Gesellschaft wo Kinderreichtum als ein Armutsrisiko gilt, ist ein Ehrentag für Kinder nicht überflüssig.

Wie sieht es hierzulande denn aus, mit den Kinderrecht sich harmonisch zu entfalten und in seiner Familie umgeben von Glück, Liebe und Verständnis und materieller Sicherheit aufwachsen zu können?

In der gegenwärtigen politischen Situation fordert unser Landesverband, dass die Kindererziehung als ein gesamtgesellschaftliches Anliegen betrachtet wird und daher selbstverständlich die Kindertagesbetreuung, genauso wie die Schulen, kostenfrei sein müsste, denn anders lassen sich eigentlich die Forderungen der UN-Konvention „Rechte der Kinder“ nicht umsetzen und ein ganzheitlicher Bildungs- und Erziehungsansatz sowieso nicht.

Wir freuen uns schon jetzt auf weitere gemeinsame Erlebnisse mit den Kindern. Sie geben uns die Kraft, uns weiterhin für eine Stadt Burg Stargard stark zu machen, in der ALLE Menschen unterschiedlicher Lebensalter und Lebensformen gleichberechtigt und ohne Diskriminierung leben können.

Beim 2. Städtetest haben wir festgestellt, dass noch viel in Burg Stargard zu tun ist, damit unsere Kinder und auch wir nicht behindert werden.

Am 10. Mai konnten unsere Mitglieder mehrere Abgeordnete der Stadt Burg Stargard und zwei Vertreterinnen des Amtes Stargard Land zur Auswertung unseres 2. Städtetestes in den barrierefreien Räumen des Stargarder

Behindertenverbandes e.V. begrüßen. Der Verband hatte nach 4 Jahren erneut eingeladen, um anlässlich des Europaweiten Protesttages der Menschen mit Behinderungen 2007 den 2. Städtetest auszuwerten. Nach einem virtuellen Rundgang im Rollstuhl durch unsere Stadt, hatten wir einige konkrete Anhaltspunkte zur Diskussion! Immerhin wurden über 50 Einzelobjekte auf Ihre Barrierefreiheit getestet. Im Vergleich zum ersten Städtetest 2003 gab es weitere Verbesserungen an den Objekten. Besonders an Neubauten wurden die Belange von Menschen mit Behinderungen überwiegend berücksichtigt. Jetzt kommt es darauf an die "barrierefreien Insellösungen" mit einander fuß- und rollstuhlgerecht zu verbinden. Besonders möchte ich mich an dieser Stelle bei Herrn Paul Köster als „Testfahrer“ bedanken. Er hat wirklich kaum etwas ausgelassen und selbst die gefährlichsten Wege für uns berollt. Aber ohne Frau Nagel und Frau Freitag wäre es wohl nicht gegangen, sie haben geholfen und oft den Weg frei gemacht und alles auf dem Bild festgehalten. Die Auswertung wird sicherlich noch einige Zeit in Anspruch nehmen und die nötigen Veränderungen ebenfalls.

*Sehr geehrte Mitglieder und Freunde,*

*ab 25.06. bis 08.07.2007 findet* die diesjährige Listensammlung unseres Landesverbandes statt. Einige Vorstandsmitglieder werden als Sammler unterwegs sein, aber sicherlich nicht alle erreichen können, deshalb legen wir wieder wie in den Vorjahren eine Spendenliste in der Begegnungsstätte aus. Die Sammlung in diesem Jahr steht unter dem Motto der Chancengleichheit für ALLE. Teilhabe im Sinne eines ungehinderten, barrierefreien Zugangs und einer umfassenden Beteiligung von Menschen mit Behinderungen und/oder von Menschen im höherem Lebensalter am sozialen und gesellschaftlichen Leben muss auf der lokalen Ebene in den Städten und Gemeinden verwirklicht werden. Dazu brauchen wir auch Ihre Unterstützung. Wenn Sie neben Ihrem Engagement im Verein mit einer Spende dazu beitragen möchten, den Behindertenfahr- und Behindertenbegleitdienst unseres Verbandes vor Ort zu unterstützen, können Sie sich in unsere Sammelliste eintragen. Eröffnen werden wir die Sammlung auf dem Sommerfest. 90 % der Spenden bleiben in unserem Verein und 10% gehen an den Landesverband, der mit diesen Mitteln seine Interessenvertretung auf Landesebene sowie den landesweiten Beratungsdienst stärken wird.

Für Ihre Spende sage ich Ihnen schon jetzt herzlichen Dank! Für die Schöne Sommerzeit wünsche ich Ihnen Erholung und Entspannung und hoffe, Sie zum Sommerfest am 23. Juni zahlreich begrüßen zu können.

*Für Selbstbestimmung und Würde* Peter Braun

## Auswertung des 2. Städtetest "Barrierefreies Burg Stargard"

Am 10. Mai konnten unsere Mitglieder mehrere Abgeordnete der Stadt Burg Stargard und zwei Vertreter des Amtes Stargard Land zur Auswertung unseres Städtetestes in den barrierefreien Räumen des Stargarder Behindertenverbandes e.V. begrüßen. Nach einem virtuellen Rundgang im Rollstuhl durch unsere Stadt, hatten wir einige konkrete Anhaltspunkte zur Diskussion. Als Ergebnis der Gesprächsrunde stellten wir fest:



1. Es ist wichtig immer wieder auf konkrete Barrieren im Stadtbild aufmerksam zu machen, um Verantwortliche dafür zu sensibilisieren. So z.B. „Der Eingang zum Raiffeisenservicepunkt“ in der Langen Straße, welcher erst neu gebaut wurde und ein Hindernis darstellt.
2. Frau Schüler, Bauamtsleiterin des Amtes Stargard Land, wird kleinere Hindernisse durch den Bauhof beheben lassen. Der Wanderweg vom Jungfernsteg, über die Brücke, an der Linde entlang zur Bahnhofstraße ist wunderschön und sollte doch für alle ohne großen Aufwand begehbar gemacht werden können.
3. Am Friedhof werden 2 Parkplätze für Schwerbehinderte reserviert und entsprechende Schilder aufgestellt.
4. Herr Rose, Mitglied des Hauptausschuss, schlug vor, zeitnah mit den verantwortlichen Personen für Wege und Gebäude, die Barrieren aufweisen, zu sprechen. Das ist wichtig, um schneller für alle befriedigende Ergebnisse zu erzielen. Den Gedanken finden wir gut. Die Stadt sollte den Behindertenverband nur mehr finanzielle Förderung zukommen lassen. Dann würden wir die Beratung für Barrierefreiheit in Burg Stargard intensiver führen können
5. Mit Zustimmung aller anwesenden Gäste kamen wir überein, uns halbjährlich zu treffen, um Informationen auszutauschen und damit schrittweise Barrierefreiheit in Burg Stargard zu schaffen. Deshalb wird der Behindertenverband im Oktober die nächste Zusammenkunft planen und weitere Barrieren aufzeigen, um sie zu beseitigen.

08.06.2007 von Bärbel Nagel



# Informationssplitter



Zum **80.** Geburtstag gratulieren wir recht herzlich

Herrn **Heinz Ganske** sowie  
Frau **Waltraud Priebe**



und zum **70.** Geburtstag übermitteln wir die besten Wünsche für  
unser Vorstandsmitglied

**Frau Ingrid Hinz**



**Alles Gute, beste Gesundheit, viel Freude, Glück und  
Segen auch auf Ihren künftigen Wegen!**

***Neuaufnahmen als Mitgliedglieder in unserem Verband:***

*Als neue Mitglieder in unserem Stargarder Behindertenverband e.V.  
begrüßen wir recht herzlich*

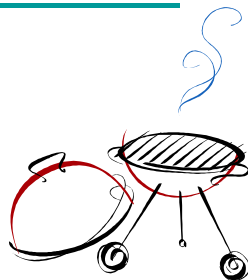
***Frau Maria Rosner  
Herr Karl Heinz Treydte***

*Ein herzliches Willkommen und viele schöne Erlebnisse in unseren  
Verband wünschen wir den neuen Mitgliedern.*

# Veranstaltungskalender für den Behinderten und Seniorentreff Juli 2007

04.07.2007

Zu Besuch im NB-Behindertenverband  
mit grillen, kleinem Programm und  
Kaffeegedeck



09.07.2007

Wir besuchen in Waren das  
**mit Mittagstisch und  
Dampferfahrt**



16.07.2007

**Spielnachmittag**



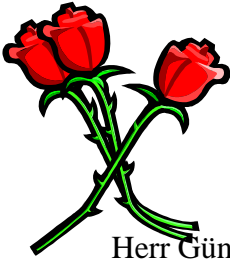
23.07.2007

*Herr Katzer gibt nähere Informationen zur  
**Vorsorgeabsicherung zur Verbandsvorsorge**  
für unsere Mitglieder des SBV e.V. in kleiner  
Runde.  
**anschließend Kaffeegedeck***



Alle Veranstaltungen finden in der Zeit von 14.00 – 16.00 Uhr statt.

## Geburtstage für den Monat Juni 2007



Wir gratulieren recht herzlich  
und wünschen alles **Gute**  
im neuen **Lebensjahr**.



Herr Günter Meyer  
Frau Holdine Radke  
Frau Gertrud Tramp  
Herr Bruno Baranczyk  
Frau Astrid Rost  
Frau Waltraud Priebe  
Frau Ruth Schendel  
Frau Elfriede Roloff  
Frau Hildegard Srock

Herr Heinz Ganske  
Frau Ursula Ristau  
Herr Friedrich Simon  
Frau Gisela Walter  
Frau Anna Westphal  
Frau Ingrid Hinz  
Herr Paul Riesner  
Frau Ellen Schlichte  
Frau Herta Schönhoff



Vielleicht sehen wir uns ja zur Feier  
der Geburtstage des Monats  
am Dienstag, dem **03. Juli 2007**,  
um **14.00 Uhr**, in der Begegnungsstätte  
Walkmüllerweg 4a.



Der Zwilling

21.Mai – 21 Juni

ist unbeschwert, faszinierend, intelligent, aktiv, doch manchmal auch pessimistisch und etwas apathisch. Sie können sehr geistreiche und phantasievolle Liebhaber sein, wobei ihr Streben nach Freiheit und Unabhängigkeit jedoch immer sehr stark ausgeprägt ist. Die Zwillingengeborenen sind besonders ungeduldig und wechseln oft ihre Interessen. Sie lieben Kreuzworträtsel, Reisen, sind gesellig und gerne an der frischen Luft.

## ***„Kam ein kleiner Teddybär aus dem Spielzeuglande her und sein Fell war wuschelweich.....“***

Dieses Lied sangen die Kinder voller Begeisterung nachdem Herr Braun, der Vorsitzende des Stargarder Behindertenverbandes, ihnen die Märchenkiste, auf der Mischka der Bär lag und weitere Überraschungen hütete, überreichte.

In der Kita „Am Märchenwald“ herrschte eine ausgelassene Stimmung, von der auch wir als Besucher angesteckt wurden.

Herr Braun erzählte den Kindern, dass er hier vor 51 Jahren auch Kindergartenkind war und nach langer Reise wieder mit einem Geschenk zurück gekommen ist. Er freute sich darüber, dass die KITA viel schöner geworden ist, vieles

neugestaltet wurde und heute farbige Außenwände einladend wirken und die Birken auf dem Spielplatz viel Schatten spenden.

Vor allem für behinderte Kinder ist in der KITA Barrierefreiheit geschaffen worden. So können alle Kinder jetzt gemeinsam mit ihren Freunden spielen und sich auf den Schulanfang vorbereiten.



Der Morgenkreis, der in der Einrichtung zu besonderen Anlässen stattfindet, wurde von herrlichem Sonnenschein begleitet.

Jedes Kind bekam in dieser Runde zum Kindertag eine kleine Überraschung.

Die tolle Hüpfburg wurde aufgeblasen und in allen Gruppen spielte man ausgelassen.

Am Nachmittag fuhr Herr Wolter mit einer Pferdekutsche vor.

Frau Köster und Frau Drögmund als Vertreterinnen des Behindertenverbandes luden einige Kinder nun zu einer Fahrt ins Grüne ein.

Wir hoffen, es war für alle ein wunderschöner Tag.

Den Kindern wünschen wir weiterhin viele glückliche Stunden und eine friedliche Zukunft.

Bärbel Nagel  
Sozialarbeiterin

## Zu Gast beim Stargarder Behindertenverband e.V.

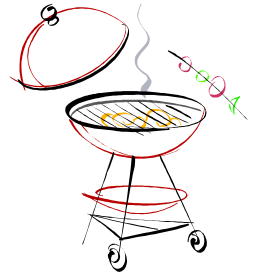
Am 30. Mai 2007 folgten wir einer Einladung zum Behindertenverband in Burg Stargard. Dort wurden wir bereits von anwesenden Mitgliedern des Verbandes erwartet. Frau Köster begrüßte uns freundlich und bat uns an den bereits vorbereiteten Tischen Platz zu nehmen.

Schnell entwickelte sich eine rege Unterhaltung, da wir uns schon von gegenseitigen Besuchen her kannten. Bald war Mittagszeit und die vom Chef des Hauses selbst gegrillten Thüringer Bratwürstchen schmeckten vorzüglich! Anschließend unternahm ein Teil einen Verdauungsspaziergang oder beschäftigte sich mit den inzwischen ausgelegten Karten bzw. Brettspielen. Mit einem tollen Programm erfreuten uns die Kinder aus der Kita „Am Märchenwald“.

Wir hatten viel Spaß an ihren lustigen Liedern. Den Erziehern dieser Gruppe ein großes Kompliment! Man konnte sehen und spüren mit wie viel Freude die kleinen Sänger bei der Sache waren. Die Zeit verging wie im Fluge und der Fahrdienst des NB Behindertenverbandes stand wieder bereit, um uns wieder nach Hause zu bringen.

Herzlichen Dank an alle, die uns diesen schönen Tag so angenehm gestaltet haben. Auf das bereits geplante Wiedersehen am 04. Juli in unserer Begegnungsstätte am Blumenborn 23 freuen wir uns heute schon.

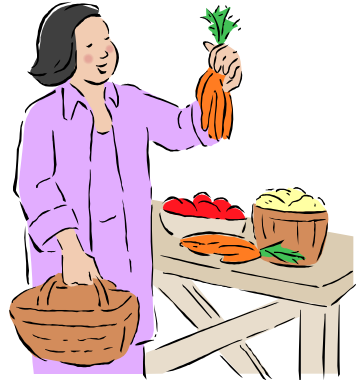
Else Altmann aus dem Behindertenverband NB



## Gesundheitsthema des Monats – Denkzentrale in Topform

### Wie Sie die Leistungsfähigkeit Ihres Gehirns steigern und erhalten

**Futter für die grauen Zellen:** Das Gehirn verbraucht etwa 20 Prozent des gesamten Energieumsatzes des Körpers, darunter die Hälfte der vom Organismus benötigten Glukose (Traubenzucker). Wer genug trinkt, unterstützt die Durchblutung und damit die Versorgung des Denkorgans mit Nährstoffen und Sauerstoff. Der Intelligenzforscher Siegfried Lehl von der Universität Erlangen rät Gesunden, zwei bis drei Liter über den Tag verteilt zu trinken. Durch eine vollwertige Ernährung mit ausreichend langkettigen Kohlenhydraten - enthalten in Reis, Nudeln, Kartoffeln oder Bananen – gelangt gleichmäßig Glukose in das Blut. Das garantiert die Energieversorgung für die Denkzentrale. Omega-3-Fettsäuren, die vor allem in fettem Meeresfisch und den Ölen aus Lein, Raps und Wallnuss enthalten sind, beeinflussen den Gehirnstoffwechsel günstig. Zum einen sind sie Baustoffe der Hüllen von Nervenzellen, zum anderen halten sie die Blutgefäße elastisch. In der Apotheke gibt es sie auch als Kapseln verpackt. Schwarznessel- Präparate liefern kurzkettige Omega-3-Fettsäuren. Präparate mit Ginkgo-Extrakt fördern die Gehirndurchblutung.



**Fitter Körper, reger Geist:** Bewegung steigert auch die Leistungsfähigkeit des Gehirns. Wer beim Lernen beispielsweise auf und ab geht, fördert Konzentration und Wachheit. Studien belegen auch langfristige Effekte. Alte Menschen, die regelmäßig spazieren gehen, bleiben geistig leistungsfähiger als körperlich inaktive. Wirkungsvoll ist vor allem Ausdauersport, zum Beispiel Schwimmen, Laufen oder Radfahren. Dabei nehmen Körper und Gehirn vermehrt Sauerstoff auf. Das erleichtert es den Nervenzellen, neue Verbindungen zu bilden. Zudem beugt körperliches Training Gefäßschäden vor und stärkt das Herz- Kreislauf- System. Damit verringert es auch das Risiko für Schlaganfall und Demenz. Mehrmals in der Woche stramm zu gehen tut dem Gehirn gut, aber auch jede Treppe, jede kurze Besorgung zu Fuß oder mit dem Fahrrad.

**Gesellig und aktiv sein:** Sozialer Rückhalt, gute Kontakte zu Freunden und Verwandte sowie gemeinsame Unternehmungen fördern das Wohlbefinden und heben die Stimmung. Das aktiviert die grauen Zellen, schützt vor Depressivität und wirkt Vergesslichkeit entgegen – auch langfristig. Studien zeigen, dass ältere Menschen mit einem reichen Sozialleben geistig leistungsfähiger bleiben. Wer an seiner Umgebung interessiert bleibt und sich aktiv einbringt, stimuliert die grauen Zellen. Ein ideales Gehirntaining ist der Gesellschaftstanz. Er vereint Geselligkeit, Bewegung, Koordination und Konzentration. Aber auch wer sich zu Karten- oder Brettspielen trifft, nutzt gleich mehrere Trainingseffekte. Sich passiv berieseln zu

lassen, etwa stundenlang vor dem Fernseher zu sitzen, dämpft dagegen die Leistungsfähigkeit des Gehirns.



**Neues lernen, Routine vermeiden:** Das Gehirn lernt gern. Vor allem Unbekanntes regt das Denkorgan zu gesteigerter Aktivität an. Magdeburger Wissenschaftler zeigten 2006 mit Kernspinaufnahmen, dass Neuigkeiten eine Hirnregion in Erregung versetzen, die bei Bekannten nicht reagiert. In Gedächtnistests schnitten die Versuchsteilnehmer besser ab, wenn sie neben vertrauten auch neue Informationen bekamen. Wissbegierde zahlt sich auch auf lange Sicht aus. So zeigten Robert Katzmann von der Universität von Kalifornien und andere Wissenschaftler, dass bei gebildeten Menschen die Alzheimer- Demenz im Durchschnitt einige Jahre später einsetzt. Beschenken Sie Ihr Gehirn also im Alltag mit neuen Eindrücken. Beschäftigungen ist eine gesteigerte geistige Beweglichkeit. Davon profitieren auch ältere Menschen. Es spricht nichts dagegen, sich mit 70 ein neues Hobby zuzulegen, etwa Malen, eine Sprache zu lernen oder einen Computerkurs zu besuchen. Es empfiehlt sich, gelegentlich aus der üblichen Routine auszubrechen. Schlagen Sie zum Beispiel einen anderen Weg zur Arbeit ein als sonst, oder nehmen Sie als Rechtshänder die Zahnbürste in die linke Hand.

### Fitness für die grauen Zellen

Gehirnjogging macht Spaß und trainiert die Denkfähigkeit

#### Zahlenreihen vollenden

Jede Zahlenreihe ist nach einem logischen System aufgebaut. Ermitteln Sie, wie im Beispiel, zuerst die einzelnen Schritte von einer Zahl am Ende der Reihe stehen muss.

Beispiel:

07	→ +2 →	09	→ +3 →	12	→ +4 →	16	→ +5 →	21	→ +6 →	27	
17	→	14	→	18	→	15	→	19	→		A
21	→	28	→	34	→	39	→	43	→		B
86	→	77	→	69	→	62	→	56	→		C
56	→	68	→	34	→	46	→	23	→		D
98	→	83	→	69	→	56	→	44	→		E
02	→	08	→	04	→	16	→	08	→		F

**Die Auflösung veröffentlichen wir im nächsten Heft.**

<h2 style="margin: 0;">Kultur- und Veranstaltungsplan des Stargarder Behindertenverbandes e.V.</h2>
---

Juli 2007

Montags 14.00 – 16.00	Behinderten- u. Seniorentreff mit Kathrin	Begegnungsstätte Walkmüllerweg 4a
<i>Sommerpause</i>	Behinderten- und Seniorenport mit Frau Galinsky	Turnhalle der Grundschule
03.07.2007 (Di.) 14.00 – 16.00	Geburtstagsrunde von Monat Juni in gemütlicher Runde	Begegnungsstätte Walkmüllerweg 4a
05.07.2007 (Do.) 14.30 – 16.30	<b>Seniorenbowling</b>	Bowlingbahn Gaststätte „Zur Linde“ Preis pro Person: 5,00 €
11.07.2007.(Mi.) 13.30 – 16.30	<b>Kutschfahrt</b> mit Herrn <b>Wolter</b> anschl. trinken wir <b>Kaffee</b> <b>auf dem Pferdehof</b>	Abfahrt ab Parkplatz am Ärztehaus Burg Stargard Preis pro Person: 12,00 € Nichtmitglieder: 14,00 €
18.07.2007 (Mi.) 10.00 - 13.00	Einkaufsfahrt nach „ <b>Real</b> “	Abfahrt Parkplatz Walkmüllerweg: 09.45 Preis pro Person: 5,00 €
18.07.2007 (Mi.) 13.30 – 17.30	<b>Dampferfahrt</b> über den <b>Tollensesee</b> mit <b>Kaffeegedeck</b>	Abfahrt ab Bahnhof: 13.30 Uhr Mitglieder: 15,00 € Nichtmitglieder: 17,00 €
25.07.2007 (Mi.) 14.30 – 15.30	<b>Letzte Absprache für die</b> <b>Mitreisenden in die</b> <b>„Lüneburger Heide“ bei</b> <b>einer Tasse Kaffee</b>	Begegnungsstätte Walkmüllerweg 4a

Mitglieder und Nichtmitglieder sind zu den Veranstaltungen  
herzlich eingeladen! Anmeldungen bitte unter Tel.-Nr. 03 96 03 /  
2 04 52 vornehmen.