



15 Jahre ehrenamtliches Engagement für ein Leben in Selbstbestimmung und Würde

Ausgabe: Januar, 2009

„INFO“

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

Auflagenhöhe: 200

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,

der Jahreswechsel liegt hinter uns und wir schauen auf ein ereignisreiches und bewegtes Jahr zurück. Gemeinsam haben wir ein reges Vereinsleben organisiert und unterschiedliche Aktionen zusammen mit dem Landesverband durchgeführt. Einen kleinen Jahresrückblick finden Sie in diesem Infoblatt.

Gegenwärtig zieht der Vorstand Bilanz und berät zum Haushalt 2009.

Wir haben viele Ideen und Wünsche und müssen schauen, was wir uns in diesem Jahr finanzieren und leisten können. Einige wichtige Höhepunkte in der Vereins- und Kulturarbeit finden Sie in unserem Jahresarbeitsplan 2009 hier im Infoblatt.

Wenn die Gemeinde die Bedürfnisse und Interessen der älteren Bürger/innen angemessen berücksichtigt, sind mit dem demografischen Wandel neue Chancen für Dienstleistungen, Wirtschaft und Arbeitsmarkt in unserer 750-jährigen Stadt verbunden.

Die Gemeinde soll sich als Wohn- und Lebensort für alle Lebensalter und Lebensformen weiterentwickeln, indem Barrieren abgebaut und die soziale Infrastruktur auf die Belange von älteren und behinderten Senioren ausgerichtet wird. Bereits am 18.12.2002 hat sich die Stadt Burg Stargard der „Erklärung von Barcelona“ angeschlossen und sich die barrierefreie Kommune als Entwicklungsziel auf die Fahne geschrieben. Diesen Entwicklungsprozess wollen wir mit unserem Beratungsprojekt in den nächsten Jahren aktiv unterstützen. Wir werden den dritten Städtetest durchführen und wollen erstmalig in Burg Stargard Geschäfte, Firmen und Geschäftsinhaber/innen mit einer Plakette „Barrierefreie Einrichtung“ auszeichnen. Dabei ergeben sich durchaus positive Effekte, wie zum Beispiel, die Erhöhung von Umsätzen nach Verbesserung der Zugänglichkeit von Geschäften und Gaststätten, die Versorgung mit Hilfsmittel durch Sanitätshäuser, der Abbau von Barrieren in Wohnungen durch Handwerker, der Neubau von barrierefreien Wohnungen im Innenstadtbereich, sowie weitere Synergieeffekte, wie speziell im öffentlichen Personennahverkehr und zur touristischen Entwicklung durch mehr Barrierefreiheit in der Stadt Burg Stargard. Der neue Bahnhof ist ein gutes Beispiel dafür.

Gegenwärtig suchen wir Verbündete für den Bau einer Angelstelle am Mühlenteich für Angler mit Handicaps. Aber auch die individuelle Beratung soll nicht zu kurz kommen und ggf. die Vermittlung in andere Behörden oder Beratungsdienste sind für die Bürgerinnen und Bürger der Stadt und des Amtsbereiches Burg Stargard kostenlos.

Ab 01.01.09 hat Herr Hans-Jürgen Bartsch in unserem Verein eine Tätigkeit als Berater und Koordinator aufgenommen. Er wird sich besonders, um die sozialen Belange der Senioren im höheren Lebensalter und um Senioren mit Behinderungen, zur Absicherung/ Verbesserung des Wohn- und Lebensumfeldes in der Stadt und dem Amt Burg Stargard –Land, kümmern.

Mit der Förderung durch den Europäischen Sozialfonds und der Bundesregierung sind wir in der Lage, den Beratungsdienst in unserem Verein in diesem Jahr zu verstärken.

Wenn Sie Fragen und Probleme haben und Beratung und Unterstützung benötigen vereinbaren Sie mit Herrn Bartsch unter Tel.: (039603) 20452 ein Beratungsgespräch oder suchen ihn in unserer Kontakt- und Beratungsstelle am Walkmüllerweg 4a persönlich auf.

Sehr geehrte Mitglieder und Freunde,
das Festjahr zum 750. Geburtstag in unserer Stadt wurde am 11. Januar 2009 mit einer Festsitzung eröffnet. Es wird ein Jahr mit vielen Veranstaltungen und Aktivitäten werden, an denen sich auch unser Verein und seine Mitglieder beteiligen werden.

Anlässlich der großen Festsitzung waren Gäste aus den Partnerstädten Tichowo und Marne angereist, der Stadtpräsident aus Neubrandenburg, Herr Günther Rühs und der Vizelandrat, Herr Manfred Peters, waren unter den Gratulanten und auch der Ministerpräsident und Innenminister des Landes haben sich davon überzeugt, wie gut die Stargarder feiern können.

Und richtig viele Stargarder waren in die Regionale Schule gekommen und es blieb kein Sitzplatz leer. Viel Lob wurde den engagierten Bürger/innen unserer Stadt zu teil.

Unser Bürgermeister, Tilo Lorenz, der selbst im SV 09 Burg Stargard Mitglied ist, hob die Bedeutung der Vereinstätigkeit für unsere Stadt hervor. Alle Festredner/innen waren sich einig, dass in den Vereinen das kulturelle und sportliche Leben gestaltet wird. „Der Reichtum unseres schönen Landes liegt gerade in den vielen kleinen Dingen, die die Leute in ihren Städten organisieren“, hob Herr Sellering hervor.

Sicherlich ohne dieses Engagement der Vereine und deren Vereinsmitglieder sähe es wirklich nicht gut aus in unserer Stadt und in unserem schönen Land. Häufig wurde und wird dies bei der Zuteilung von Finanzmitteln vergessen und so kamen der Ministerpräsident und sein Innenminister mit leeren Händen nach Burg Stargard, ohne Geburtstagsgeschenk!

Für ihr langjähriges Engagement in der Vereinsarbeit wurden vom Bürgermeister beim Festempfang geehrt: Frau Ursula Ristau, Frau Gerda Boldt, Herr Peter Braun und Herr Torsten Uecker.

Alle machen sich seit vielen Jahren stark für Burg Stargard und sie werden zusammen mit den vielen engagierten Bürgerinnen und Bürgern in der Stadt, in den nächsten Jahren, aus einer „funkelnden Perle“ eine „schöne Perlenkette“ machen.

Und dafür wünsche ich uns gemeinsam viele Ideen und viel Erfolg.

Ihr Peter Braun, Vorsitzender.

Höhepunkte in der Kultur- und Vereinsarbeit 2009

Januar	
27.01.09	Gedenken an die Opfer des Nationalsozialismus in Rostock
Februar	
22.02.09	Teilnahme am Seniorenfasching im Saal „Zur Linde“
März	
06.03.09	Frauentagsfeier im Hotel „Zur Burg“
April	Kongress in Schwerin – Behindertenpolitik auf dem Prüfstand! Eine Gesellschaft für ALLE - UN- Behindertenrechtskonvention umsetzen!
Mai	
04.05.09	Forum: 750 Jahre Burg Stargard – eine Kommune für alle Lebensalter und Lebensformen!
05.05.09	Teilnahme an Aktionen zum Europaweiten Protesttag
11.05.-15.05.09	Ferienfahrt nach Binz/Rügen ins Kurhotel Mitgliederversammlung
Juni	
27.06.09	Sommerfest des SBV e.V. im Hotel „Zur Burg“
Juli	
17.07.09	Schlossgartenfestspiele in NZ „Die Fledermaus“
September	
22.09.09	Tag der offenen Tür-8.jähriges Bestehen der Wohnanlage Tag des Ehrenamtes – Auszeichnung von Vereinsmitgliedern
Oktober	
24.10.09	Gesundheitswoche in Neustrelitz Termin wird bekannt gegeben Rollstuhltanzfest in der Stadthalle Neubrandenburg
November	
06.11.-07.11.09	Fahrt nach Gülstorf-2 Tage Seminar zu einem politischen Thema
Dezember	
03.12.09	Weltbehindertentag
16.12.09	Große Weihnachtsfeier in der Gaststätte „Zur Linde“
21.12.09	Kleine Weihnachtsfeier in der Begegnungsstätte

Bestätigt vom Vorstand am 20.01.09

Änderungen bleiben vorbehalten!

Informationssplitter

Neuaufnahmen:

Als neue Mitglieder in unserem Stargarder Behindertenverband e.V. begrüßen wir:

**Frau Helga Voigt
und Herrn Wilhelm Düsing**



Ein herzliches Willkommen in unserem Verband. Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung und wünschen Ihnen viele schöne Erlebnisse und interessanten Stunden in und mit unserem Verband!

Gratulation:

Zum **70.** Geburtstag gratulieren wir recht herzlich

Frau Jutta Hamann

Wir wünschen Ihnen beste Gesundheit und viel Freude an Ihrem Jubiläumstag im Kreise Ihrer Familie!



Wir trauern:

*Nach schwerer Krankheit verstarb im Dezember unser langjähriges
Verbandsmitglied*

Frau Ellen Schlichte

*Unser Beileid gilt den Angehörigen und Freunden,
die sie auf Ihrem Lebensweg unterstützt und
begleitet haben.*

In tiefer Betroffenheit

P. Braun, Vorsitzender



Veranstaltungskalender für den Behinderten und Seniorentreff Februar 2009



02. Februar 2009

*Gedächtnis / Rätselnachmittag
bei Verkostung eines **Bratapfels***



16. Februar 2009
Geselligkeit & Spiele



23. Februar 2009

*Wir feiern „Rosenmontag“
in geselliger Runde mit den Kindern „Am Märchenwald“
kleines Kulturprogramm bei Kaffee und Kuchen*



Die richtigen **Lösungen** zum Adventsrätsel waren

*Weihnachten ist das Fest der **Liebe**.*

*Das wichtigste am Grog ist der **Rum**.*

***Am Morgen** nach dem Weihnachtsabend packt man Geschenke aus.*

*Heilig Abend viel voriges Jahr auf einem **Mittwoch**.*

***Knecht Ruprecht** ist immer mit dem Nikolaus unterwegs.*

adventus bedeutet „Ankunft“

*Für den Gänsebraten nimmt man das Gewürz **Beifuss** und
Backpflaumen.*

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

Geburtstage im Monat Januar 2009



Wir gratulieren recht herzlich
zum Geburtstag und wünschen Ihnen zum Feste,
Gesundheit, Glück und nur das Beste!

Herr Hans-Werner Dörnbrack	Herr Franz Pultorak
Herr Karl-Heinz Bammel	Herr Erich Wendland
Frau Gerda Novotny	Frau Gertraud Mitzner
Frau Anita Thomas	Frau Brigitte Braun
Frau Ida Lange	



Vielleicht sehen wir uns ja zur Feier
der Geburtstage des Monats Januar
am Dienstag, dem **17. Februar 2009**,
um **14.00 Uhr**, in der Begegnungsstätte
Walkmüllerweg 4a.

Steinbock 22. Dezember - 20. Januar 2009

positive Eigenschaften des Steinbocks:

*Ist der Steinbock mit einer geduldigen Ausdauer ausgestattet steht er
fest mit beiden Beinen in der Realität. Er ist pflicht- und
hierarchiebewusst, zielstrebig und ehrgeizig.*

negative Eigenschaften:

unbarmherzig, hart, geizig, hinterlistig, versauert

Ernährungstipps für den Steinbock:

viel Wasser trinken und mäßig würzen

*In der Liebe sind die Steinbockgeborenen ernsthaft,
beständig und treu,
aber nicht sehr gesprächig!*



Jahresrückblick auf 2008

27. Jan. Internationaler Holocaustgedenktag in Stralsund

27. Jan. Fasching im Gasthof
„Zur Linde“



14. Feb. **Bratapfelfest im Hotel**
„Zur Burg“

07. Mär. **Frauentagsfeier im Hotel**

09. Mär. „Zur Burg“
Ehrenamtsmesse in
Neustrelitz



20. Apr.-24. Apr.

26. Apr.

30. Apr.

Ferienreise nach Husum
Fahrt nach
Schwerin/Behindertenpolitik
Kundgebung am Berliner
Fernsehturm/Erlebnistag



05. Mai

07. Mai

14. Mai

Europaweiter
Protesttag/„Gleichstellung
jetzt!“

Forum mit den Kandidaten
zur Bürgermeisterwahl

Mitgliederversammlung



21. Jun.

Sommerfest

11. Jul.

Schlossgartenfestspiele
„Frau Luna“



21.Aug. Fahrt mit der
Tschu – Tschu - Bahn

04.Sep. Dampferfahrt auf dem
Tollensee

23.Sep. **Tag der offenenTür /
7.jähriges Bestehen**



7.Okt. TF nach Stettin

11.Okt. Mitgliederversammlung in
Berlin

11.Okt. **Rollstuhltanz in der
Stadthalle**



07.Nov.-08.Nov.

2 Tage Seminar zu
einem aktuellen Thema

19.Nov.

**Fahrt mit der OLA ins
Ozeaneum nach Stralsund**



03.Dez.

**Weltbehindertentag in
Greifswald**

10.Dez.

Große Weihnachtsfeier

15.Dez.

Kleine Weihnachtsfeier



Da wir in der Geburtstagsrunde des Monats am 06. Januar keinen selbst gebackenen Kuchen hatten, stelle ich ihnen meinen Geburtstagskuchen vor. Haben Sie vielleicht mal einen Geburtstagswunsch offen? Dann wünschen Sie sich doch einfach einen Kuchen oder überraschen Freunde mit diesem Kuchenrezept zum Geburtstag.

Mein Geburtstagskuchen – ein Napfkuchen mit Kuvertüre

- Zutaten:
- 1 Teelöffel Margarine
 - 2 Esslöffel Semmelbrösel
 - 250 g Butter
 - 250 g Zucker
 - 1 Pck. Vanillinzucker
 - 5 Eier
 - 1 Esslöffel Kakao
 - 150 g gemahlene Mandeln
 - 100 g Mehl
 - 1 Teelöffel Backpulver
- Dekoration:
- 200g Kuvertüre
 - Zuckerblümchen



So wird's gemacht:

Eine Springform einfetten und mit Semmelbröseln gleichmäßig austreuen. Den Backofen auf 175 Grad vorheizen.

Jetzt der Teig:

Die Margarine mit dem Zucker den Vanillinzucker in eine Rührschüssel geben und mit dem Rührgerät gut durchrühren. Danach die Eier zugeben und mit verrühren. Den Kakao, das Mehl sowie den Backpulver zu dem Teig geben und zu einem glatten Teig verrühren. Die Teigmasse in die Springform füllen, glatt streichen und auf mittlerer Schiene 45 Minuten backen. Vor dem Herausnehmen mit einem Holzstäbchen die Garprobe machen. Wenn der Kuchen gut ist, aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

Zuletzt der Guss und die Verzierung:

Die Kuvertüre im Wasserbad schmelzen lassen. Die flüssige Kuvertüre über den Kuchen gießen und mit einem Pinsel verstreichen. Sobald die Kuvertüre etwas angetrocknet ist, mit Zuckerblümchen oder gehackten Mandeln verzieren. Zuletzt kommen noch die Kerzen auf den Kuchen

Bestes Gelingen Ihre Kathrin Köster

Gesunde Ernährung

Die gesunde Ernährung ist für jedermann wichtig, aber woher soll man wissen ob das was man isst auch gesund ist? Dazu hier ein paar Tipps für die richtige Ernährung: Eine gesund erhaltende Ernährung lässt sich kurz zusammenfassen:
Vier Dinge die man meiden sollte und vier andere sollten täglich gegessen werden.

Zu meidende Speisen

1. Auszugsmehlprodukte
2. alle Fabrikzuckerarten (Weißer Zucker, brauner Zucker, Fruchtzucker, Traubenzucker, usw. ...)
3. alle raffinierten Fette (Margarinen, gewöhnliche Öle)
4. für Magen-, Darm-, Leber-, und Gallenempfindliche: alle Säfte aus Obst und Gemüse, gleichgültig, ob selbst hergestellt oder gekauft, gekochtes Obst, Trockenfrüchte

Speisen die täglich gegessen werden sollten

1. Vollkornbrote, möglichst viele verschiedene Sorten
2. täglich 3 Esslöffel Getreide in Form eines Frischkorngerichts (siehe Rezept)
3. eine Frischkostbeilage, bestehend aus rohen Gemüse und rohem Obst (z.B. als Salat)
4. naturbelassene Fette, das heißt Butter, Sahne, und unraffinierte, kaltgepresste Öle.

Bei bestimmten Erkrankungen ist die Vermeidung bzw. Einschränkung von Tierweiß empfehlenswert. Alle übrigen nicht erwähnten Speisen können täglich genossen werden.

Rezept des Frischkorngerichts nach Prof. Kollath

Es wird aus Weizen oder Roggen oder aus einer beliebigen Getreideart hergestellt. Dazu werden 3 Esslöffel (etwa 50 g) in einer Getreidemühle, in einem Mixapparat oder einer Kaffeemühle grob geschrotet. Das Mehl muss jedesmal frisch vor der Zubereitung vorgenommen werden. Nicht auf Vorrat mahlen!

Das Getreide wird mit ungekochtem, kaltem Leitungswasser zu einem Brei gerührt und 5- 12 Stunden stehen gelassen. Die Wassermenge ist so berechnet, dass nach Quellung nichts weg gegossen zu werden braucht. Nach 5- 12 Stunden wird dieser Brei tischfertig gemacht durch Zusatz von frischen Obst (je nach Jahreszeit), Zitronensaft (eventuell gelegentlich 1 Teelöffel Honig), 1 Esslöffel Sahne und geriebenen Nüsse. Solange verfügbar, sollte man immer einen Apfel hinein reiben und sogleich untermischen, bevor er braun wird. Der geriebene Apfel macht den Frischkornbrei luftig und wohlschmeckend.

Es ist ohne belang, zu welcher Tageszeit dieses Gericht genossen wird.

Quelle: emu/verlag Dr.med.M.O.Bruker

herausgesucht: Monique Boettcher

Kultur- und Veranstaltungsplan des Stargarder Behindertenverbandes e.V.

Monat Februar 2009

Montags 14.00 – 16.00	Behinderten- u. Seniorentreff mit Kathrin	Begegnungsstätte Walkmüllerweg 4a
Montags 16.30 – 17.30	Behinderten- und Seniorenport mit Frau Galinsky	Turnhalle der Grundschule Burg Stargard
04.02.2009 (Mi.) 14.30 – 16.30	Seniorenbowling	Bowlingbahn Gaststätte „Zur Linde“ Preis pro Person: 5,00 €
05.02.2009 (Do.) 10.00 – 13.00	6. Philharmonisches Konzert mit Werken von J. Haydn, J. Brahms und P. Hindemith	Abfahrt: 09.00 Uhr Parkplatz Walkmüllerweg Preis pro Person: 15,00 €
11.02.2009 (Mi.) 10.00 – 13.00	Einkaufsfahrt mit dem Kleinbus nach Neubrandenburg zum „real“	Abfahrt ab Parkplatz Walkmüllerweg: 09.30 Uhr Preis pro Person: 5,00 €
16.02.2009 (Mo.) 08.00 – 16.00	Fahrt in die Therme Templin mit anschl. Mittagstisch	Preis pro Person: 15,00 €
17.02.2009 (Di.) 14.00 – 16.00	Feier der Geburtstagsrunde Januar	Begegnungsstätte Walkmüllerweg 4a
19.02.2009 (Do.) 12.00 – 16.30	Einladung zum Bratapfelfest mit Programm und Kaffeegedeck im Hotel „Zur Burg“	Preis pro Person: 15,00 € Nichtmitglieder: 17,00 €
22.02.2009 (So.) 15.00 – 17.00	Seniorenfasching	Einlass ab 14.00 Uhr Im Saal der Gaststätte „Zur Linde“ Preis pro Person: 5,00 €

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