

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

Ausgabe: Oktober 2011

### „INFO“

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

**Auflagenhöhe:** 230

**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,*

es war wirklich eine schöne Feier im Walkmüllerweg am 27. September. Nicht nur wegen des schönen Spätsommerwetters sondern, weil letztlich viele zum Gelingen des Festes beigetragen haben. Ganz besonders hat mir der selbst gebackene Kuchen geschmeckt.

Die Kinder aus dem „Märchenwald“ gehörten zu den ersten Gratulanten. Gemeinsam bastelten die Kinder zusammen mit unseren Mitgliedern Blumen und Girlanden. Zum Geburtstag konnten wir damit unser Haus sehr schön ausschmücken. Mit einem Geburtstagsständchen machten sie uns viel Freude, unter dem Motto: Auch große Leute brauchen kleine Freunde. Wir werden unsere Freundschaft mit den Kindern der KITA-Märchenwald weiter pflegen und freuen uns schon jetzt auf die nächsten Begegnungen.

Der Bürgermeister, Tilo Lorenz, nahm sich die Zeit mit uns zu feiern, genauso wie Herr Heinz Boldt. Frau Schmidt überbrachte die Glückwünsche der NEUWOBA und besonders habe ich mich gefreut, dass unsere Freunde vom Neubrandenburger Behindertenverband e.V. es sich nehmen ließen nach Burg Stargard zu kommen, um persönlich ihre Glückwünsche zu überbringen.

Einige Mitglieder waren in diesem Jahr, am 15. Oktober, zum Rollstuhlтанц in Neubrandenburg. Am Vormittag fand die offene Landesmeisterschaft statt. Am Abend wurde ein tolles Programm mit Tanz, Spiel und viel Spaß aufgeführt. Jeder kam auf seine Kosten und alle konnten mitmachen und mittanzen. In dieser Form ist das Rollstuhlтанцfest wirklich ein Großereignis und einmalig in der Bundesrepublik.

Die Landkreisneuordnung könnte eine Chance werden, die Lebensbedingungen für Menschen mit Behinderungen und Senioren zu verbessern. Somit könnten die Landkreise und die Gemeinden im Bereich der kommunalen Selbstverwaltung zügig an die Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention gehen.

Eine erste Weichenstellung sollte die Berufung hauptamtlicher Behindertenbeauftragter und ehrenamtlicher Behinderten- und Seniorenbeiräte im neuen Landkreis sein.

Ich hoffe, dass die Möglichkeiten und Chancen genutzt werden.

Für Selbstbestimmung und Würde Ihr Peter Braun, Vorsitzender

Sehr geehrte Frau Köster, da Sie ja jetzt Bilder vom 27.09. und vom Rollstuhltanz haben - können hier eingestellt werden.

MFG P. Braun

## **Wir feiern ein Herbstfest anlässlich des zehn-jährigen Bestehens unseres barrierefreien Hauses Am Walkmüllerweg**

Zum 27. September 2011 hat der Vorsitzende Herr Braun vom SBV e.V. alle Mitglieder des Vereins zum Fest eingeladen. Ein Fest, das wir mit Würde begehen wollen unterstützt in der Organisation von allen Mitgliedern des Vereins und den Vorstandsmitgliedern. Die Vorbereitung und Durchführung machte Spaß und Freude im Wissen für über 220 Mitglieder in 10 Jahren viel Gutes getan zu haben für und mit den langjährigen Mitgliedern. Die Festtafel im kleinen Zelt war zu 14.00 Uhr gedeckt und auf die Gäste brauchten wir nicht lange zu warten. Kaffee und reichlich Kuchen, gebacken von vielen fleißigen Helfern stand duftend bereit. Rezeptaustausch folgte und wir konnten nicht sagen, welcher Kuchen am besten schmeckte. Es schmeckte alles gut mit Liebe zum Verband gebacken möchte ich nur dazu sagen! Nochmals ein großes Dankeschön an die vielen guten „Bäcker“.

Herr Braun eröffnete wieder mit strahlenden Augen über die vielen, lieben Gäste, die für diese Stunden der Gemütlichkeit all ihre und manchmal auch größeren Alterssorgen vergessen möchten, die schöne Veranstaltung.

Der Bürgermeister Herr Lorenz, Frau Schmidt von der Neuwoba und Herr Boldt als Stadtvertreter ergänzten die Begrüßungsworte und wir freuten uns über die Blumen, Geschenke und der Teilnahme bis zum Schluss.

Frau Hein hat uns alle mit Ihrem musikalischen Programm erfreut und uns bewiesen, dass wir auch im Alter alle sehr fröhlich sein können und warum sollten wir dafür keinen Grund haben. Mit unserem Verband können wir gut feiern und uns auch verlassen, besonders jetzt unter dem Motto „Hilfe statt Heim“. Frau Bergmann hat mit 95 Jahren anlässlich des 20-jährigen Bestehens unseres Vereins in der Broschüre ihren Dank diesbezüglich der langjährigen kontinuierlichen Hilfe des Vereins ihre Freude und Dank zum Ausdruck gebracht. Das können viele Mitglieder bestätigen! Wir haben jetzt schon viele Mitglieder die von unserem Ambulanten Pflegedienst betreut werden die 80, 85, und über 90 Jahre alt sind. Wir sagen alle Dank und Herr Braun hat Mitglieder / Mitarbeiter für ihr Ehrenamt mit einem Präsent sowie Blumen ausgezeichnet. Die kleinen Gäste von „unserem“ Kindergarten „Am Märchenwald“ brachten ein sehr beeindruckendes Programm und erfreuten sich über die Süßigkeiten. Nochmals Dank an alle Organisatoren unseres Verbandes!

Ingrid-Brigitta Hinz

## Aktuelles für Mitglieder und Freunde

Freie Fahrt im Zug für Menschen mit Behinderung

aus [www.myhandicap.de](http://www.myhandicap.de)



Ab September können Reisende mit einer Behinderung zu deutlich besseren Bedingungen mit der Deutschen Bahn fahren.

Sämtliche Regionalzüge und S-Bahnen können ab sofort mit einem Schwerbehindertenausweis und ergänzender Wertmarke kostenlos benutzt werden.

Einen Fahrschein müssen die Betroffenen für die jeweilige Zugstrecke nicht mehr lösen.

Endlich eine bundesweite Regelung!

Mit der bundesweiten Freifahrtslösung der Deutschen Bahn wird ein eigentlicher Flickenteppich abgelöst. Bisher konnten die etwa 1,4 Millionen Menschen mit beispielsweise Seh- oder Gehbehinderungen nur in Nahverkehrszügen in einem Radius von 50 km um den Wohnort kostenlos fahren.

Zudem gab es keine bundesweit einheitliche Regelung.

Die von der Deutschen Bahn und dem Bundesministerium für Arbeit und Soziales getroffene Regelung gilt als Beitrag zum Nationalen Aktionsplan zur Unterstützung der UN-Behindertenrechtskonvention.

### Vorankündigung für den Monat Dezember 2011

- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>03. Dezember</b> 2011 (Sa.) | Weltbehindertentag<br>in Malchow                            |
| <b>14. Dezember</b> 2011 (Mi.) | große Weihnachtsfeier im Saal der<br>Gaststätte „Zur Linde“ |
| <b>19. Dezember</b> 2011 (Mo.) | kleine Weihnachtsfeier in der<br>Begegnungsstätte           |



# Informationssplitter

## Mitgliederzuwachs im

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

**Frau Helga Toll**

und

**Frau Ingeborg Klug**

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder und heißen sie recht herzlich in den  
Reihen des Behindertenverbandes willkommen.

## *Zum runden Geburtstag im Monat Oktober!*

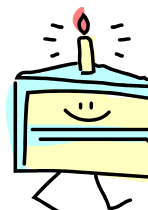
Zum 70. Geburtstag gratulieren der Vorstand sowie die  
Mitarbeiter/innen nachträglich und übermittelt die besten  
Wünsche



an

**Frau Helga Köpnick**

Wir gratulieren recht herzlich zum 70. Geburtstag und  
wünschen alles Gute im neuen Lebensjahr



**Herrn Gerd Müller**

ebenfalls die besten Grüße und Glückwünsche zum  
80. Jubiläum

für

**Frau Helga Köpke**



## Wir trauern!

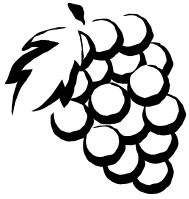
Nach langer schwerer Krankheit verstarb im Oktober unser  
Verbandsmitglied

**Herr Karl-Heinz Borowski**

Unser Beileid gilt den Angehörigen und Freunden, die ihn auf seinen  
Lebensweg begleiteten.

Mit aufrichtiger Anteilnahme

P. Braun Vorsitzender des SBV e.V.

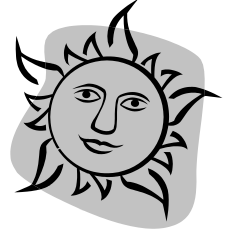


## Geburtstage im Monat Oktober 2011

*Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!  
Im Herzen immer fröhlich sein, dann ist der Mensch niemals allein!*

Herr Kurt Sellheim  
Frau Helga Köpnick  
Frau Lisbeth Pöller  
Frau Else Dumröse  
Frau Brigitte Will  
Frau Helga Köpke  
Frau Olinde Kannewurf  
Herr Martin Dumröse  
Herr Gerd Müller

Frau Theresia Mülling  
Frau Loni Münch  
Frau Christa Koch  
Herr Helmut Lindemann  
Frau Selma Augustin  
Herr Gerhard Schlauch  
Frau Herta Thiele  
Frau Margarete Bergmann  
Frau Ruth Wagner



Die Geburtstagskinder des Monats,  
**Oktober 2011**, laden wir zum **08.11.2011**  
um **14.00 Uhr**, zu einer kleinen Feier in  
die Begegnungsstätte ein.

### 24. September-23. Oktober 2011

#### **Sternzeichen Waage**

Waagegeborene wünschen sich vor allem Harmonie und Frieden. Die Waage hat einen Sinn für die schönen Dinge des Lebens und beschäftigt sich deshalb gerne mit Kunst oder auch Luxusartikeln. Waagegeborene sind charmant und taktvoll aber auch schwer zufrieden zu stellen. Ihre Kritik ist allerdings immer von einem Lächeln begleitet. Die Waage ist von einer natürlichen Freundlichkeit umgeben, die von den Menschen oft falsch gedeutet wird. Deshalb liebe Sternzeichen Waagegeborene, trainieren Sie Ihre Ellenbogen und setzen Sie sich öfter durch! Ein weiterer, sehr ausgeprägter Charakterzug vom Sternzeichen Waage ist der Sinn für Fairness und Gerechtigkeit. Darin liegt auch der Grund, warum sich die Waage bei wichtigen Entscheidungen viel Zeit nimmt. Die Waage kann einfach nicht „Nein“ sagen und möchte niemanden enttäuschen!



# *Veranstaltungskalender für den Behinderten und Seniorentreff November 2011*

**02.11.2011(Mi.)**

***Abfahrt: 13.30 Uhr***

*Fahrt zu unseren Freunden*

*„Am Blumenborn 23*

*Einladung zur **„Schmalzparty“***



**07.11.2011**

***Fahrt und Besuch der Kinder***

*„Am Märchenwald“*

*Kaffee & Gebäck*



**14.11.2011**

***Fahrt zum Tierpark***

*kleine Führung,*

*Verkostung von selbst gekochter Suppe*

*häkeln von Marienkäfern + Kaffee trinken*



**22.11.2011(Di.)**

*Beginn: 09.30 Uhr*

***„Aktionsfrühstück“***

*Preis pro Person: 3,50 €*



**28.11.2011**

***Lernen mit Aquarell zum Advent***

***zu Gast Frau Villwock***

*anschl. Kaffeegedeck*



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

## Unsere bunte Ecke

Die Auflösungen aus dem Septemberheft müssen lauten:

1. Lösungswort      das Frühstücksei
2. Lösungswort      der Apfelstrudel
3. Lösungswort      die Ohrfeige
4. Lösungswort      der Handschuh



Hier finden Sie einige Rätsel, die für eine lustige Unterhaltung sorgen.  
Buchstaben-Salat hier sind die Buchstaben durcheinander gemixt.  
Finden Sie das richtige Wort!

EIERSPALT	RATESPIEL
GASTBETRUG	?
LUTSCHNER	?
ZIEGENUHR	?
BANANENMUT	?
ABBRUCHEI	?
ATOMRECHTE	?
HALSTUDCH	?
MAUERFINKE	?
PERLTAUCHER	?
SAFTKELSCH	?



### Witzecke

Der Ehemann liest Zeitung, plötzlich meint er: „Die größten Esel heiraten die schönsten Frauen!“ Seine Gattin lächelt: „Oh, du alter Schmeichler!“

Kommt ein Mann zum Bäcker und sagt: „Ich hätte gern 99 Brötchen. Sagt die Bäckersfrau: „Warum nehmen Sie denn nicht gleich hundert?“ Sagt der Mann: „Um Himmels Willen! Wer soll die denn alle essen?“



## **Kleine Tricks mitgroßer Wirkung**

### **Fisch** macht klug

Ein bis zwei Fischgerichte pro Woche (z. B. Lachs, Hering, Makrele) schützen unser Gehirn vor Konzentrations- und Gedächtnisstörungen.

Grund: Fisch enthält Omega-3 Fettsäuren, die außerdem noch eine Cholesterin regulierende Wirkung haben.



### **Bananen** fürs Hirn

Wissenschaftler warnen: Wer nicht genug Kalium zu sich nimmt, hat ein dreifach erhöhtes Schlaganfallrisiko.

Bananen (Kaliumlieferanten) helfen, denn nur eine täglich essen und das Hirninfarkttrisiko sinkt um 30 %.



### Power fürs Herz mit **Tee**

Die tägliche Teestunde ist eine richtige gute Idee und das nicht nur, weil sie zur Entspannung beiträgt. Forscher haben herausgefunden:

Schwarzer und grüner Tee sind perfekt um unsere Gefäße vor Verkalkung und damit das Herz und den Kreislauf zu schützen.



### Festes Gewebe mit **Grünzeug**

Natürlich ist Sport optimal, aber es kann nicht schaden, den Effekt durch gezielte Ernährung noch zu erhöhen. Kräuter und Gemüse, die auf natürliche Art entwässernd wirken, unterstützen das Bindegewebe und helfen es zu festigen.

Besonders zu empfehlen: Bärlauch, Artischocken, Fenchel und Spargel.

### Schlanker mit **Fettsparmaßnahmen**

Sie müssen weder hungern noch ein Mammut-Sport Programm absolvieren, wenn Sie ganz nebenbei ein paar Pfunde loswerden möchten. Sparen Sie doch einfach an überflüssigem Fett, z. B. so: Suppen und Saucen öfter mit püriertem Gemüse oder mit Kartoffelpüree-Pulver binden statt mit Sahne.

<b>Kultur- und Veranstaltungsplan des Stargarder Behindertenverbandes e.V.</b>
--

## Monat November 2011

<b>Montags</b> 14.00 – 16.00	<b>Treff</b> für jung & alt mit Kathrin	Begegnungsstätte Walkmüllerweg 4a
<b>Montags</b> 16.30 – 17.30	Behinderten- und <b>Senioren</b> sport mit Frau Galinsky	Turnhalle der Grundschule Burg Stargard
<b>08.11.2011 (Di.)</b> 14.00 – 16.00	Wir feiern die <b>Geburtstagsrunde</b> vom Monat <b>Oktober</b>	Begegnungsstätte Walkmüllerweg 4a
<b>09.11.2011 (Mi.)</b> 14.30 – 16.30	<b>Senioren</b> bowling anschl. Kaffee & Torte	Bowlingbahn Gaststätte „Zur Linde“ Preis pro Person: 5,00 €
<b>10.11.2011 (Do.)</b> 10.00 – 13.00	<b>3. Philharmonisches Konzert</b> Guiseppa Martucci: Klavierkonzert Nr. 1 d-Moll anschl. Mittagstisch in der Gaststube „Zur Linde“ (Selbstzahler)	Abfahrt ab Parkplatz Walkmüllerweg 4a 09.00 Uhr Eintrittskarte: 12,00€ Hin & Rücktour: 5,00 €
<b>11.11. / 12.11.11</b> <b>(Fr.-Sa.)</b>	<b>Fahrt nach Zinnowitz</b> 2 Tage Seminar zu einem aktuellen politischen Thema	Abfahrt am Fr. 11.11.11 ab Parkplatz Walkmüllerweg 4a 10.30 Uhr Hin & Rücktour: 10,00 €
<b>17.11.2011 (Do.)</b> 08.00 – 15.30	Fahrt in die <b>Therme Templin</b> anschl. Mittagstisch (Selbstzahler)	Abfahrt ab Parkplatz Walkmüllerweg 08.00 Uhr Hin & Rücktour: 15,00 €

<b>23.11.2011 (Mi.)</b> 10.00 – 13.00	Fahrt nach „real“ zum <b>Einkauf</b>	Abfahrt ab Parkplatz Walkmüllerweg 09.30 Uhr Hin & Rücktour: 5,00 €
<b>23.11.2011 (Mi.)</b> ab 18.00	<b>Dia-Vortrag</b> von und mit R. Öser – <b>Wracktauchen</b> <b>„Kriegsschrott in der Ostsee“</b>	Stadtbibliothek Abfahrt ab Parkplatz Walkmüllerweg 17.15 Uhr Eintritt: 5,00 €
<b>30.11.2011 (Mi.)</b> <b>08.00 – 15.00</b>	<b>Fahrt nach Polen zum</b> <b>Einkauf</b> anschl. Mittagstisch (Selbstzahler)	Abfahrt ab Parkplatz Walkmüllerweg 08.00 Uhr Hin & Rücktour: 15,00 €

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

### Altweibersommer

Der Altweibersommer, auch gerne als die fünfte Jahreszeit bezeichnet, wird auch "der Sommer auf den Verlass ist" genannt. Nach einem eher kühlen und regenreichen Sommer vermag er uns wieder versöhnlich zu stimmen und präsentiert uns die Natur von der schönsten Seite. Jetzt heißt es den Garten noch einmal richtig genießen! Diese Farbenpracht, das herrliche Licht und überall diese silbernen Spinnenfäden, am morgen Tau behangen, glitzern sie wie kostbare Perlenketten. Für viele Menschen die schönste Zeit im Jahr.

