

## **36 Jahre ehrenamtliches Engagement für ein Leben in Selbstbestimmung und Würde**

Ausgabe: **März 2026**

### **„INFO“**

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

**Auflagenhöhe:** 175

**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 Vorstand.

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

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

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

**Spendenkonto:** Sparkasse Mecklenburg- Strelitz  
IBAN DE 68 150517320036014045 BIC NOLADE 21 MST

**Öffnungszeiten:** Geschäftsstelle  
Montag-Donnerstag 08.00 – 16.00 Uhr / Freitag 08.00 - 14.30

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

## **Gemeinsam stark – Selbsthilfe lebt vom Mitmachen**

Seit über 35 Jahren engagieren wir uns als gemeinnütziger Selbsthilfeverein für Menschen mit chronischen Erkrankungen, Behinderungen sowie deren Angehörige. Unsere Arbeit basiert auf einem klaren Ziel:

**„Selbstbestimmung stärken, Lebensqualität sichern und gesellschaftliche Teilhabe ermöglichen „**

Gerade im ländlich geprägten Raum rund um Burg Stargard ist ein wohnortnahes, niedrigschwelliges und kostenfreies Unterstützungsangebot von unschätzbarem Wert. Selbsthilfe bedeutet dabei nicht, alles allein zu bewältigen – sondern sich gegenseitig zu stärken, Erfahrungen zu teilen und gemeinsam Lösungen zu entwickeln.

## **Unsere Selbsthilfegruppe – ein geschützter Raum für Austausch und Unterstützung**

Die Gruppe bietet einen geschützten, wertschätzenden Rahmen für:

- Erfahrungsaustausch auf Augenhöhe
- emotionale Entlastung
- praktische Unterstützung im Alltag
- Information zu Hilfs- und Versorgungsangeboten
- Stärkung der Eigenkompetenz

## **Unser Appell:**

Nutzen Sie dieses Angebot. Bringen Sie Ihre Themen mit. Sagen Sie uns, welche Gesprächsinhalte Sie sich wünschen. Wir organisieren gezielt Gesprächskreise, thematische Treffen oder Fachvorträge – orientiert an Ihre Bedürfnisse.

## **Wussten Sie schon?**



## **Der Sozialpsychiatrische Dienst – Regionalstandort Neustrelitz**

Viele wissen nicht, dass unser Landkreis über einen **Sozialpsychiatrischen Dienst** verfügt.

Der Sozialpsychiatrische Dienst am Regionalstandort Neustrelitz arbeitet:

- vertraulich
- kostenlos
- auf Wunsch anonym

Er ist Ansprechpartner für Menschen:

- mit psychischen Erkrankungen
- in seelischen Krisensituationen
- mit Abhängigkeitserkrankungen
- mit altersbedingten seelischen Störungen
- mit geistiger Behinderung
- sowie für Angehörige, die Rat und Unterstützung suchen

### **Angebote im Überblick**

- Telefonische Auskunft und Beratung
- Einzel- und Gruppengespräche (in der Beratungsstelle oder als Hausbesuch)
- Hilfe in Krisensituationen
- Gesprächsgruppen
- Vermittlung an professionelle Hilfsangebote
- Unterstützung bei Behördenangelegenheiten

## **Sprechzeiten:**

Dienstag: 08:00–12:00 Uhr und 13:00–17:30 Uhr

Donnerstag: 08:00–12:00 Uhr und 13:00–16:00 Uhr  
(jeweils nach telefonischer Vereinbarung)

Ansprechpartnerin für das Stargarder Land:

Frau Kusch (Sozialarbeiterin)

Tel.: 0395 / 57087 5386

[lisa.kusch@lk-seenplatte.de](mailto:lisa.kusch@lk-seenplatte.de)

Scheuen Sie sich nicht, diese Hilfe in Anspruch zu nehmen. Frühzeitige Beratung kann Krisen entschärfen und neue Perspektiven eröffnen.



## **Der Pflegestützpunkt Neubrandenburg – Beratung rund um Pflege und Versorgung**

Stellen Sie fest, dass Ihre Selbstständigkeit abnimmt?

Möchten Sie weiterhin in den eigenen vier Wänden leben?

Pflegen Sie einen Angehörigen und stehen täglich vor organisatorischen und emotionalen Herausforderungen?

Der Pflegestützpunkt in Neubrandenburg unterstützt Sie kostenfrei und neutral bei den Fragen:

- Wie organisiere ich Hilfe?
- Welche Leistungen stehen mir zu?
- Wie lassen sich Beruf und Pflege vereinbaren?
- Wofür benötige ich eine Vollmacht?
- Was tun, wenn mein Angehöriger Hilfe ablehnt?

Eine plötzlich eintretende Pflegebedürftigkeit oder eine schleichende Verschlechterung der Situation bringt viele Unsicherheiten mit sich. Hilfe anzunehmen sollte keine Hürde sein.

Die Mitarbeitenden informieren über Versorgungsoptionen, unterstützen bei Anträgen und entwickeln gemeinsam mit Ihnen tragfähige Lösungen.

### **Sprechzeiten:**

Dienstag: 08:00–12:00 Uhr und 13:00–17:30 Uhr

Donnerstag: 08:00–12:00 Uhr und 13:00–16:00 Uhr

(nach telefonischer Vereinbarung)

Telefon: 0395 / 57087 5751

E-Mail: [Pflegestuetzpunkt-neubrandenburg@lk-seenplatte.de](mailto:Pflegestuetzpunkt-neubrandenburg@lk-seenplatte.de)

### **Gesprächskreise wiederbeleben – Ihre Themen zählen**

Viele von Ihnen haben sich gewünscht, unsere Gesprächskreise wieder intensiver aufleben zu lassen.

Wir greifen das gerne auf.

Geplant sind:

- themenbezogene Gesprächsrunden
- Austausch zu Leistungsansprüchen und Unterstützungsangeboten
- Gesprächskreise für pflegende Angehörige
- Treffen zu Sorgen, Ängsten und Belastungen
- Fachvorträge zu sozialrechtlichen oder medizinischen Themen

**Welche Fragen beschäftigen Sie?**

**Wo wünschen Sie sich einen Austausch?**

**Welche Referenten oder Themen wären hilfreich?**

Bitte sprechen Sie uns an.  
Melden Sie sich telefonisch oder persönlich bei uns.

Selbsthilfe lebt vom Mitmachen – und vom gegenseitigen Zuhören.

### **Unser gemeinsames Ziel**

- Isolation vermeiden
- psychische Stabilität fördern
- Eigenverantwortung stärken
- Lebensqualität verbessern
- Teilhabe ermöglichen

Niemand muss mit seinen Sorgen allein bleiben.  
Gemeinsam finden wir Wege.

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung – und auf viele lebendige,  
stärkende Gespräche.

gez. Christine Wenzel  
Ihre Vorsitzende des Stargarder Behindertenverbandes e.V.

## **Gesundheitsbezogene Bewegungs- und Aktivierungsrunde**

### **Aktiv bleiben – Gemeinschaft erleben – Lebensqualität stärken**

Bewegung ist ein zentraler Baustein für körperliche Stabilität, Mobilität und seelisches Wohlbefinden – besonders für Menschen mit chronischen Erkrankungen oder körperlichen Einschränkungen. Unsere gesundheitsbezogene Bewegungs- und Aktivierungsrunde im Rahmen der Selbsthilfe zeigt eindrucksvoll, wie viel positive Energie in gemeinsamer Aktivität steckt.

### **Zwei Termine im Februar – mit viel Engagement und Begeisterung**

Im Februar standen gleich zwei Termine unserer Bewegungsrunde auf dem Programm – und beide waren hervorragend besucht.



Beim Treffen mit Frau Blum brachte Sie mit einem abwechslungsreichen Übungsprogramm alle Teilnehmenden ordentlich ins Schwitzen. Mit gezielten Aktivierungsübungen wurden Beweglichkeit, Koordination und Kreislauf angeregt. Dabei wurde deutlich: Jeder kann im eigenen Tempo mitmachen – entscheidend ist die Freude an der Bewegung.

Zudem übernahmen auch Frau Warnke sowie Frau Schoknecht-Berke die Anleitung. Auch hier stand die Kombination aus funktioneller Bewegung, alltagsnaher Aktivierung und gemeinschaftlichem Erleben im Mittelpunkt. Durch ihre motivierende und zugleich achtsame Anleitung fühlten sich alle gut abgeholt und sicher begleitet.



## **Einfache Mittel – große Wirkung**

Das Besondere an unserer Bewegungsrunde:

Es braucht keine aufwendigen Geräte. Mit einfachen Materialien wie:

- Bettlaken
- Gymnastikbändern
- Massagebällen

lassen sich vielseitige Übungen gestalten. Diese fördern:

- Muskelkraft
- Beweglichkeit
- Gleichgewicht
- Koordination
- Körperwahrnehmung

Mit ein wenig Musik kommt der Rhythmus fast von selbst – und plötzlich wird aus einer Übungseinheit ein lebendiges Miteinander. Musik unterstützt nicht nur die Bewegung, sondern hebt nachweislich auch die Stimmung und stärkt das Gemeinschaftsgefühl.



### **Die Runde wächst – und das freut uns sehr**

Besonders erfreulich ist, dass unsere Bewegungs- und Aktivierungsrunde stetig größer wird. Immer mehr Mitglieder entdecken, wie gut ihnen diese regelmäßige Aktivierung tut. Neben den gesundheitlichen Effekten steht vor allem eines im Vordergrund: **gemeinsamer Spaß und gegenseitige Motivation.**

Man spürt deutlich:

Hier geht es nicht um Leistung oder Perfektion, sondern um Bewegung im Rahmen der eigenen Möglichkeiten, um Lachen, Austausch und positive Impulse für den Alltag.

## Ein herzliches Dankeschön

Unser besonderer Dank gilt:

- Frau Blum
- Frau Warnke
- Frau Schoknecht-Berke

für ihr Engagement, ihre Zeit und ihre motivierende Anleitung. Ohne ihren Einsatz wäre diese wertvolle Selbsthilfe-Aktivität nicht möglich.

Wir freuen uns auf viele weitere Termine – mit Bewegung, Musik, Gemeinschaft und ganz viel Freude und natürlich gesunder Leckereien.





## Fröhlicher Februar in unserer Begegnungsstätte

Der Februar 2026 stand in unserer Begegnungsstätte ganz im Zeichen von Gemeinschaft, Kreativität und Lebensfreude. Zahlreiche Veranstaltungen brachten unsere Mitglieder zusammen und sorgten für viele schöne gemeinsame Stunden.

Den Auftakt bildete unser fröhlicher **Fasching mit Tanztee**. In geselliger Runde wurde geschunkelt, gelacht und gefeiert. Ein besonderes Highlight war die Polonaise, die sich schwungvoll durch das ganze Haus zog. Die ausgelassene Stimmung und die bunten Kostüme machten diesen Nachmittag zu einem unvergesslichen Erlebnis für alle Beteiligten.

Kulinarisch ging es beim **Kochzirkel am 05. Februar 2026** weiter. Gemeinsam wurde geschnippelt, gerührt und gekocht. Auf dem Speiseplan stand eine kräftige Hühnerbrühe. Mit viel Engagement entstand ein schmackhaftes Ergebnis, das sich sehen – und vor allem schmecken – lassen konnte. In gemütlicher Runde ließen sich alle die selbstgekochte Suppe gut schmecken.

Kreativ wurde es beim **Kreativnachmittag am 09. Februar 2026**. Unter der Leitung von Frau Keck entstanden mit Pinsel und Farbe kleine Kunstwerke. Mit großer Konzentration und Freude widmeten sich unsere Mitglieder dem Malen und Basteln. Die Ergebnisse spiegelten die Vielfalt und Fantasie unserer Gruppe wider.

Auch der **Rosenmontagumzug am 16. Februar 2026** sorgte für heitere Stimmung. Mit guter Laune, Musik und viel Humor wurde dieser närrische Tag gebührend gefeiert.

Beim **Lesenachmittag am 17. Februar 2026** wurde es anschließend etwas ruhiger, aber nicht weniger gesellig. Frau Wossidlo stellte den Anwesenden Bilder aus ihrem Buch vor und berichtete anschaulich darüber. Bei Kaffee und Kuchen entstand eine angenehme Atmosphäre, die Raum für Gespräche und Austausch bot.

Den Abschluss der Veranstaltungsreihe bildete das **Aktionsfrühstück am 23. Februar 2026**. An einem reich gedeckten Tisch konnten sich alle nach Herzenslust bedienen. In entspannter Runde wurde gefrühstückt, erzählt und gemeinsam gelacht.

Diese vielfältigen Angebote zeigen einmal mehr, wie lebendig unser Vereinsleben ist. Ob Feiern, Kochen, kreatives Gestalten oder gemeinsames Lesen – im Mittelpunkt steht stets das Miteinander. Wir freuen uns auf viele weitere schöne Begegnungen in unserer Gemeinschaft.





Das Endresultat ist fertig, Allen hat die Hühnerbrühe geschmeckt.

## Kreativnachmittag am 09. Februar 2026



Frau Keck leitet den Kreativnachmittag. Mit Pinsel und Farbe wird gemalt.



Unsere Mitglieder sind eifrig am Basteln.

Rosenmontagumzug am 16.02.2026



## Lesenachmittag am 17.02.2026



Fr. Wossidlo in der Mitte, zeigt den Mitgliedern ein paar Bilder aus ihrem Buch.



## Aktionsfrühstück am 23.02.2026



Am reichlich gedeckten Tisch konnten sich alle gut satt essen!

Es ist wieder soweit, in wenigen Tagen begrüßen wir den Frühling. Ich habe im Internet gestöbert und unter der Geschichtenseite „Mal alt werden“ für Senioren diese Frühlingsgeschichten gefunden. Vielleicht stimmen sie die „Liedergeschichten“ auch fröhlich und wer weiß, vielleicht singen sie dann bei der Hausarbeit eines der uns bekannten schönen Frühlingslieder. Wie heißt es so schön: “ Mit Musik geht alles besser!“

Ich wünsche Ihnen eine schöne Zeit. Bleiben Sie gesund und fröhlich.

*Heidmarie Wossidlo*



## Eine Liedergeschichte für den Frühling

Wenn der Winter vorbei ist und alle sich auf den Frühling freuen, beginnt für Hartmut die Arbeit. Er ist Bauer und besitzt einen großen Hof mit viel Ackerland. Im März, wenn die frostigen Tage vorbei sind, pflügt er seine Felder und sät neues Getreide aus. Seine Pferde freuen sich nach der langen kalten Zeit endlich wieder aus dem Stall hinaus zu kommen. Für sie und Hartmut ist das Frühjahr harte Arbeit. Oft sind sie von früh morgens bis spät am Abend draußen auf den Feldern...

*Im Märzen der Bauer  
die Rösslein einspannt.  
Er setzt seine Felder  
und Wiesen in Stand.  
Er pflüget den Boden  
er egget und sät,  
und rührt seine Hände  
früh morgens und spät.*

Auch Hartmuts Frau Angela und die Mägde haben viel zu tun. Sie verpassen dem Haus den Frühjahrsputz: wischen Staub, putzen die Fenster, reinigen die Böden und waschen die Gardinen. Sie kümmern sich um das Vieh und machen den Garten wieder hübsch. Angela liebt ihre Blumen über alles und freut sich wahnsinnig, wenn die ersten Tulpen, Narzissen und Krokusse ihre kleinen grünen Spitzen der Sonne entgegenstrecken. Angela und die Mägde vertreiben sich während der harten Arbeit in Haus und Garten gerne die Zeit mit Frühlingsliedern. Besonders gerne singen sie “Alle Vögel sind schon da”, “Im Märzen der Bauer” und “Komm lieber Mai und mache”. Dabei zupfen sie Unkraut genießen den Duft.

*Die Bäuerin, die Mägde,  
sie dürfen nicht ruhen,  
sie haben in Haus  
und Garten zu tun.  
Sie graben und rechen  
und singen ein Lied,  
sie freuen sich, wenn alles  
schön grünt und blüht.*

Viel zu schnell geht der Frühling unter all der Arbeit vorbei. Hartmut denkt gerade noch, es sei gestern gewesen als er den Acker gepflügt hat, da mäht er schon wieder das Getreide und wendet das Heu. Angelas Frühlingsblumen sind verblüht... dafür kann sie bald die Äpfel, Pflaumen und Birnen aus dem Garten pflücken. Wenn Hartmut das Getreide drischt denkt er immer an die kalten, gemütlichen Wintertage mit heißem Kakao, frisch gebackenem Kuchen und Brot. Angela bestreicht das Brot für ihn immer extra dick mit frischer Butter und legt eine Scheibe Wurst darauf. Und so sitzen sie dann zusammen und denken an das, was ihnen im Jahr Schönes widerfahren ist...

*So geht unter Arbeit  
das Frühjahr vorbei.  
Da erntet der Bauer  
das duftende Heu.  
Er mäht das Getreide  
dann drischt er es aus.  
Im Winter, da gibt es  
daraus so manchen Schmaus.*

## Wie im zweiten Frühling.

Harald konnte es kaum glauben. Auf seine alten Tage hatte er sich wirklich noch einmal richtig verliebt. Therese hieß seine Angebetete, sie hatten sich einfach in der Straßenbahn kennengelernt, obwohl sie gar nicht auf der Suche nach neuen Partnern waren. Harald fuhr oft mit der Straßenbahn. Und so kam es, dass er und Therese sich regelmäßig morgens auf dem Weg in die Stadt in der Straßenbahn getroffen hatten. Für Harald war es sofort klar, dass Therese etwas ganz Besonderes war. Irgendwann hatte er seinen ganzen Mut zusammengenommen und Therese angesprochen. Sie unterhielten sich über Gott und die Welt und auch Therese schien Harald gerne in der Straßenbahn zu treffen. Doch irgendwann, und zwar eigentlich genau an der Haltestelle “Bahnhofstraße”, musste Therese immer aussteigen. In der Nähe der Haltestelle wohnte ihre Tochter, die Therese jeden Morgen besuchte, um auf ihre Enkel aufzupassen. Immer wenn Harald Therese in der Bahn sah, ging ein Kribbeln durch seinen ganzen Körper. Von Kopf bis Fuß. Und stieg sie aus, verfinsterte sich seine Miene und er hatte den Rest des Tages schlechte Laune.

Eines Tages geschah etwas Merkwürdiges. Harald sah schon die Haltestelle “Bahnhofstraße” kommen und war gerade dabei, das Gespräch langsam zu beenden und sich von Therese zu verabschieden – aber sie stieg gar nicht aus. Therese lächelte den verduztten Harald an. “Ich habe den Vormittag frei, mein Enkel geht jetzt in den Kindergarten. Wollen wir einen Kaffee trinken gehen?” Harald wusste gar nicht, wie ihm geschah. Natürlich wollte er! Er musste sich dreimal räuspern, ehe er ein leises “Ja, gerne” stotterte.

Aus dem einen Kaffee wurde ein ganzer Vormittag. Aus dem einen Vormittag wurden mehrere. Irgendwann traute Harald sich, Therese zu fragen, ob sie nicht mit ihm Tanzen gehen würde. Therese nahm die Einladung gerne an. An diesem Abend tanzten sie – bis ihnen die Füße wehtaten. Und für Harald war es der schönste Abend seit langem...

Es tönen die Lieder,  
der Frühling kehrt wieder,  
es spielt der Hirte  
auf seiner Schalmei:  
La la la la la la,

Therese und Harald waren nach kurzer Zeit ein richtiges Paar geworden – mit allem Drum und Dran. Sie lachten zusammen, weinten zusammen, unternahmen Ausflüge, besserten ihre Tanzkünste in gemeinsamen Tanzstunden auf, machten Spaziergänge in der Natur, lasen zusammen, und machten einfach das, woran sie Freude hatten. Aus ihrem ersten gemeinsamen Kaffee war ein richtiges Ritual geworden. Fortan gingen sie jeden Morgen zur Straßenbahnhaltestelle und fuhren zusammen in das besagte Café, um dort einen Kaffee zu trinken.

Und Harald war sich sicher: Das musste der zweite Frühling sein!



## **Frühlingsgefühle...**

Als Anette am Samstagmorgen in die Küche kam, fielen ihr sofort die frischen Tulpen auf dem Küchentisch auf. Rote und gelbe... Ein Lächeln zauberte sich über ihr Gesicht. War es denn nun wirklich schon wieder soweit? Sie drehte sich zur Seite und schaute aus dem Fenster in den Garten. Draußen schien die Sonne und es zwitscherten sogar schon einige Vögel in den noch etwas kahlen Bäumen und Sträuchern. Ja, wahrhaftig, der Frühling kam...

*Wenn der Frühling kommt...*

Anette öffnete das Fenster und atmete tief durch. Sie konnte den Frühling wahrlich schon riechen. Und sofort fühlte sie sich wieder wie damals, als sie noch ein kleines Mädchen war, das sich darüber gefreut hat, endlich nicht mehr mit der dicken Jacke rausgehen zu müssen. Schon damals hatte Anette die ersten Frühlingstage geliebt. Sie hatte ihre leichte Jacke angezogen, spazierte durch den Garten und strich mit ihren Händen vorsichtig über die ersten Knospen, die sich an Büschen und Sträuchern zeigten. Das Schönste aber war es für sie im Frühling, zu beobachten, wie die ersten Tulpenblüten aufgingen. Rote und gelbe...

*Wenn der Frühling kommt...*

Diese Liebe zu den Tulpen zog sich durch ihr ganzes Leben. Und in wie vielen schönen Momenten hatten die Tulpen sie nicht auch begleitet? Anette erinnerte sich noch ganz genau daran, wie sie das erste Mal Tulpen geschenkt bekommen hatte. Damals hatte sie gerade mit der Lehre angefangen. Nach etwa einem halben Jahr stand eines Abends Thomas vor ihrer Tür – mit einem Strauß Tulpen in der Hand...

*Wenn der Frühling kommt...*

Ja, Thomas war ihr im Betrieb auch schon aufgefallen, aber sie hätte nie auch nur im Traum daran gedacht, dass sie IHM aufgefallen war.

Schnell wurde aus Thomas ihre große Liebe, die er bis heute geblieben war. Nur zwei Jahre später, etwa zur gleichen Zeit ihres Kennenlernens, kniete Thomas mit einem Ring und einem Strauß gelber und roter Tulpen vor ihr nieder und hielt um ihre Hand an. Wieder ein Jahr später feierten sie ihre Hochzeit. Im darauffolgenden Jahr kam, pünktlich zum Frühlingsanfang, ihre erste Tochter Luise zur Welt.

Als Anette mit ihrer Tochter aus dem Krankenhaus nach Hause kam war das Haus über und über mit Tulpen geschmückt...

*Wenn der Frühling kommt...*

Anette und Thomas gestalteten ihren Garten nach ihren Vorlieben. Von Jahr zu Jahr wurde er prächtiger und schöner. Und natürlich war er im Frühling immer mit einem Teppich von Tulpen übersät. Regelmäßig kamen die Nachbarn und bestaunten die wunderbare Blütenpracht. Und



Anette hatte stets ein Glas frische Limonade für alle da. Es war eine schöne Zeit!

Seit ein paar Jahren, seitdem die Kinder aus dem Haus sind, machen Anette und Thomas jedes Jahr rund um ihren Hochzeitstag eine

Reise zum Keukenhof nach Holland um sich die wundervollen Tulpenfelder anzusehen...

*Wenn der Frühling kommt...*

Anette schaute noch einige Zeit aus dem Fenster, und sie bemerkte gar nicht, wie Thomas in die Küche kam. Erst als er seinen Kopf auf ihre Schulter legte wurde sie aufmerksam. Und so standen sie noch einige Minuten gemeinsam da und schauten aus dem Fenster in den Garten, in dem sie so viele schöne Momente erlebt hatten und in den langsam der Frühling einkehrte...

*Wenn der Frühling kommt...*

## Unsere Geburtstagskinder im März 2026

**Alles Liebe, alles Gute und ganz viel Glück!**

Frau Inge Ciolek

Frau Christa Zingelmann

Herr Wilfried Schmidt

Frau Bärbel Werner

Herr Frank Liermann

Frau Christel Oppelt

Frau Ilse Staffeldt

Frau Gudrun Lehmann

Frau Helga Kuhnt

Frau Annegret Arndt

Frau Heike Saß

Frau Rita Swedik

Frau Ursula Franz

Frau Renate Zellmer

Frau Annegret Dupke

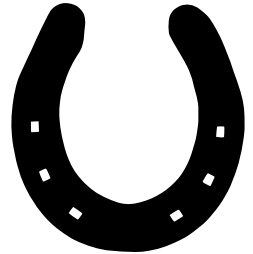
Frau Annemarie Schneider

Frau Ilse Besenbruch


Frau Ditlinde Heinze

Herr Karl-Heinz Lehmann

Herr E. Günther Schäffer



### **Einladung zur gemeinsamen Geburtstagsfeier**

 Vielleicht sehen wir uns ja bei unserer  
**„Feier der März-Geburtstagskinder“**  
am **Dienstag, 07. April 2026**, um **14.00 Uhr**  
in unserer **Begegnungsstätte „Am Walkmüllerweg 4a“**.

Gemeinsam plaudern, lachen, Kaffee trinken und anstoßen –  
das wäre doch schön!

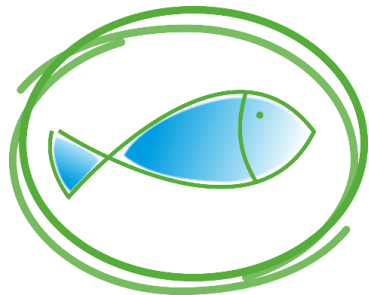
**Sie sind herzlich eingeladen!** 

## Tierkreiszeichen Fische (20. Februar – 20. März)

### Eigenschaften eines Fisches /

#### Stärken und Schwächen

- ✦ Empathisch und feinfühlig, Sie verstehen die Bedürfnisse anderer intuitiv, haben ein tiefes Einfühlungsvermögen.
- ✦ Hilfsbereit und selbstlos, Fische sind bekannt dafür, uneigennützig zu helfen und für Freunde bzw. Familie da zu sein.
- ✦ Kreativ und fantasievoll, Viele Fische haben künstlerische Talente und eine lebhaftere Vorstellung.
- ✦ Tolerant und gutmütig, Sie urteilen selten und sind sehr vergebungsbereit.
- ✦ Realitätsfern und verträumt, Sie flüchten sich gerne in eine Traumwelt und meiden harte Konfrontationen.
- ✦ Beeinflussbar und Unentschlossen, es fällt ihnen schwer Entscheidungen zu treffen und eigene Grenzen zu setzen.
- ✦ Unzuverlässig und sprunghaft, aufgrund ihrer Wankelmütigkeit wirken sie manchmal schwer greifbar.





## Informationssplitter aus unserem Vereinsleben



### Neue Mitglieder

In unserem Stargarder Behindertenverband e.V. begrüßen wir im März 2026

**Frau Renate Grigat**  
**Frau Ursel Bahlke**  
**Frau Barbara Hannelore Tobe**  
**Herr Ernst Günther Schäffer**  
**Frau Gisela Kayser**  
**Frau Brunhilde Fiebelkorn**  
**Herr Heinz Heller**

Ein herzliches Willkommen und viele schöne Erlebnisse mit zahlreichen Stunden mit und in unserem Verein.

### Zum runden Jubiläum gratulieren wir:

Frau **Ditlinde Heinze** zum **90.Geburtstag**

Der Vorstand sowie die Mitarbeiter überbringen die herzlichsten Glückwünsche. Wir überbringen alles Gute, viel Glück, beste Gesundheit, Freude und Zufriedenheit auf allen zukünftigen Wegen.

Mit herzlichen Grüßen

**Ihr Stargarder Behindertenverband e. V.**

## **Gemüse des Monats: Bärlauch**

Ja ihr habt recht, rein technisch gesehen ist Bärlauch kein Gemüse, sondern ein Kraut.

Aber trotzdem schreit nichts so sehr nach Frühlingsaufbruch wie diese Wildpflanze. Bärlauch ist eines der ersten Wildkräuter des Frühlings. Mit seinem frischen Knoblaucharoma bringt er nach dem Winter, neue Würze in die Küche und gibt traditionell als Energiepflanze für den Saisonstart.

### **Welches Gemüse hat im März Saison.**

#### **Frisch vom Feld:**

Porree: Gehört zu den Zwiebelgewächsen und ist somit verwandt mit Zwiebeln, Knoblauch und Schnittlauch.

Bärlauch: Erinnert geschmacklich an Knoblauch, ist aber deutlich milder. Der Frühlingsbote enthält viele ätherische Öle und Vitamin C. Eignet sich perfekt für Pesto oder Suppen.

Grünkohl: Ein echtes Superfood mit kräftigem Geschmack, viel Vitamin C und Eisen. Besonders gut schmeckt er gekocht oder geschmort aus dem Ofen.

Rosenkohl: Man hasst ihn oder man liebt ihn. Rosenkohl hat einen leicht nussigen Geschmack und liefert viel Vitamin C und K. Vor allem in Gratins oder aus der Pfanne mit leichten Röstaromen schmeckt er vorzüglich.

## Zucchini-suppe schnell und einfach

Zutaten:

800g Zucchini

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

200g Kartoffel / mehlig kochend

2 EL Olivenöl

1l Gemüsebrühe

100ml Sahne

Salz / Pfeffer

Zubereitung:

Zucchini grob würfeln, Kartoffel schälen und klein schneiden. Zwiebel und Knoblauch klein schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Zucchini, Kartoffel, Zwiebel und Knoblauch für 5 Minuten dünsten.

Gemüsebrühe zugeben und alles für 20 Minuten köcheln lassen. Sahne unterheben und die Suppe pürieren. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.



# Rätselspaß! Die Lösungen liegen in der Begegnungsstätte für Sie bereit!

## Wörtersuche – Gesundheit

Die Wörter verstecken sich waagrecht und senkrecht.

H	G	E	S	U	N	D	H	E	I	T	E	Z	K	C
J	R	E	G	E	N	E	R	A	T	I	O	N	I	N
W	O	S	S	I	B	I	H	A	E	Y	P	I	I	U
B	A	T	D	Z	W	S	A	U	P	V	G	K	K	T
K	A	O	G	U	D	O	R	D	Z	P	X	Z	E	R
T	L	V	H	Y	G	A	M	P	W	L	U	G	V	H
W	L	T	J	B	R	K	O	A	S	O	P	R	X	U
J	E	O	U	A	P	I	N	F	E	K	T	Z	I	S
G	R	M	X	C	L	X	I	A	O	T	H	N	G	T
V	G	W	O	H	L	B	E	F	I	N	D	E	N	E
T	I	H	D	T	V	V	S	F	Z	E	E	E	V	N
E	E	Q	F	S	P	Q	G	E	A	F	N	B	Y	S
S	W	J	O	A	H	X	A	H	L	T	M	R	Q	A
U	U	K	A	M	B	E	O	M	Y	A	U	B	U	F
L	C	R	T	K	L	N	A	Y	U	I	H	N	Q	T
H	T	O	I	E	I	E	U	U	O	P	U	B	E	W
D	P	V	Z	I	E	R	K	A	E	L	T	U	N	G
V	F	E	P	T	G	G	N	Y	X	U	Q	W	M	A
A	A	W	R	P	F	I	Y	P	I	S	X	X	N	T
M	X	W	S	Q	B	E	F	K	K	E	A	A	N	R
H	F	J	F	L	T	D	N	G	Q	A	E	I	O	F

**Diese 10 Wörter sind versteckt:**

Allergie - Infekt - Wohlbefinden - Regeneration - Harmonie - Gesundheit  
 Hustensaft - Achtsamkeit - Erkaeltung - Energie

## Gedankenspiele

Welche Antwort wird gesucht?

**Ich bin immer vor Ihnen, aber nie hinter Ihnen. Was bin ich?**

Lösung: \_\_\_\_\_

**Ich habe Städte, aber keine Häuser. Ich habe Berge, aber keine Bäume. Ich habe Wasser, aber keine Fische. Was bin ich?**

Lösung: \_\_\_\_\_

**Ich habe zwei Flügel und kann nicht fliegen. Was bin ich?**

Lösung: \_\_\_\_\_

**Ich bin stets an zweiter Stelle, doch immer als Erstes fertig. Was bin ich?**

Lösung: \_\_\_\_\_

**Ich habe fünf Finger – doch lebe nicht. Was bin ich?**

Lösung: \_\_\_\_\_

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

Schwierigkeitsgrad: Mittel

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

**Veranstaltungskalender –  
Behinderten- und Seniorentreff  
Monat April 2026  
gemeinsam in unserer Begegnungsstätte**  
Wir freuen uns auf viele schöne Momente mit Ihnen!

Der März ist da.

Kommen Sie zu uns, verbringen sie gemeinsame Stunden  
mit Freunden oder lernen Sie Neue kennen.

Wir laden Sie herzlich zu unseren Veranstaltungen ein.  
Ob beim gemütlichen Beisammensein, Spielen, Erzählen oder Genießen  
bei uns ist jeder herzlich willkommen. ✨

💬 *Anmeldung zu unseren Veranstaltungen*

*Damit wir alles gut vorbereiten können – bitten wir Sie, sich  
rechtzeitig anzumelden. 🏠* **Persönlich,**

📞 **Telefonisch unter: 039603 / 20452**

✉ **per E-Mail an: kontakt@bhv-ev.de**

*Wir freuen uns über jede Anmeldung und ganz besonders darauf,  
Sie bei unseren Veranstaltungen zu begrüßen! 🌸*

📄 **Hin- & Rückfahrt: 5,00 € in Burg Stargard**

---

📖 **Donnerstag den 02. April – Lesenachmittag mit Frau Wossidlo**

🕒 Zeit: 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr

📌 Es werden Geschichten vorgelesen – mal heiter, mal nachdenklich.  
Im Anschluss gibt es ein Kaffeegedeck


📄 **Preis pro Person: 3,50 €**


---

---


 **Mittwoch den 08. April – Häkel- und Stricknachmittag**


 Zeit 14.00 Uhr - 16.00 Uhr

 Gemütliches Beisammensein oder Plaudern / Kaffeegedeck

 Beitrag: 3,50 €

---

 **Donnerstag den 09. April – Kochzirkel**

 Zeit: ab 09.30 Uhr

 Gemeinsam kochen & genießen / **Hackbraten mit Kompott**


 **Unterstützung gebraucht.**


 Beitrag: 6,00 €

---

 **Montag den 13. April – Bewegung mit dem AD**

 Zeit: 13.00 Uhr - 14.00 Uhr

 Sanfte Übungen, danach ein Glas Saft oder Wasser


 Beitrag: 1,50 €

---


 **Dienstag den 14. April – Aktionsfrühstück**

 gesund und munter in den Tag / reichhaltige Kost von A-Z

 Zeit: 09.30 Uhr - 11.00 Uhr

 Beitrag: 5,00 €

---

 **Mittwoch den 15. April – Veranstaltung mit Hr. F. Saß**

 Herr Saß hält einen Vortrag über die Sagen von Burg Stargard


 Zeit: 14.00 Uhr - 16.00 Uhr

 Gemütliches Beisammensein bei einer Kaffeerrunde

2,00 € pro Person für den Vortrag


3,50 € pro Person Kaffee und Kuchen

---


 **Montag. 20. April – Quasselnachmittag**

 Zeit: 14.00 Uhr -16.00 Uhr

 Kaffee & Kuchen und ein Austausch

 Beitrag: 3,50 €

---

 **Dienstag den 21. April – Basteln für die Woche der**


**Behindertenpolitik**  Hilfe Notwendig

 Zeit: 14.00 Uhr - 16.00 Uhr

 gemeinsame Bastelaktion – Kaffeegedeck

---

 **Mittwoch den 22. April – Veranstaltung mit Hr. Meyer**

 Herr Meyer hält einen Reisebericht „Grönland-Polare Abenteuer im hohen Norden“


 Zeit: 14.00 Uhr - 16.00 Uhr

 Gemütliches Beisammensein bei einer Kaffeerunde


 2,00 € pro Person für den Vortrag


 3,50 € pro Person Kaffee und Kuchen

---

 **Montag den 27. April Sport im Gruppenkreis mit Frau Blum**

 Zeit: 14.00 Uhr -16.00 Uhr

 Sanfte Übungen, anschließend gesunde Kost.


 Beitrag: 3,50 €

---

 **Mittwoch den 29. April – Spielnachmittag**

 Zeit: 14.00 Uhr -16.00 Uhr

 Kaffee & Kuchen im Anschluss

 Beitrag: 3,50 €

---


## **Aufruf zum gemeinsamen Frühjahrsputz am 11.04.2026**


Der Winter verabschiedet sich – jetzt ist es Zeit, unsere Außenanlagen wieder zum Strahlen zu bringen!

Am **Samstag, den 11. April 2026**, laden wir herzlich zum gemeinsamen Frühjahrsputz am Objekt **Walkmüllerweg 4 a/b, 17094 Burg Stargard** ein.

 **Standort:** Begegnungsstätte des Stargarder Behindertenverbandes

 **Beginn:** 09:00 Uhr

 **Ende:** 12:00 Uhr

 **Im Anschluss:** gemeinsames Essen in geselliger Runde

Die Aktion findet gemeinsam mit der Neuwoba und der WG Neuanfang Lebenshilfe e.V. statt.

## **Geplante Arbeiten**

Im Mittelpunkt steht die Pflege der Außenanlagen auf der Straßen- und Hofseite des gesamten Objektes:


- Rasen mähen
- Rabattenpflege (Straßen- und Hofseite)
- Auffüllen der Beete mit Rindenmulch bzw. Blumenerde
- Kleine Ausäutungen an den Sträuchern (Hofseite)
- Bepflanzung und Gestaltung des Eingangsbereiches mit Frühblühern
- Reinigung des Fahrstuhls sowie der Außengeländer der Laubengänge

Benötigte Materialien wie Pflanzen, Rindenmulch, Gartengeräte, Säcke und Handschuhe werden bereitgestellt.

## Kultur- und Veranstaltungsplan

### Unser Programm im April 2026

#### **Jeden Montag: Bewegung tut gut! Behinderten- und Seniorensport mit Frau C. Galinsky**


 Zeit 16.30 – 17.30 Uhr

 Turnhalle der Grundschule Burg Stargard

Bewegung mit Spaß – gemeinsam fit bleiben und dabei lachen!

---

#### **Mittwoch, den 01. April – Fahrt zum Globus**


 Abfahrt: ca. 09.00 – 09.30 Uhr


 Einkaufsausflug. Abfahrt am Walkmüllerweg 4a.

 **Hin- & Rückfahrt: 5,00 €**

---


#### **Dienstag, den 07. April – Geburtstag des Monats März**

 Zeit 14.00 – 16.00 Uhr

 Gemütliches Beisammensein an einer gedeckten Kaffeetafel.

---

#### **Samstag, den 11. April – Frühjahrsputz**


 Zeit: 09.00 – 14.30 Uhr


Gemeinsam mit Freunden der Lebenshilfe und der Neuwoba schwingen wir Harke, Besen und Lappen. Pflanzen Frühblüher und lassen das Haus strahlen.

Helfen Sie mit, dass alles freundlich aussieht!

---

#### **Donnerstag, den 16. April – Fahrt zur GWW Woldegk**

 Abfahrt: ca. 10.45 Uhr

 Gemeinsames Mittagessen – Einkauf im Hofladen


 **Hin- & Rückfahrt: 7,00 €**

---

---


 **Mittwoch, den 22. April – Bowlingnachmittag**


 Zeit: 15.00 – 17.00 Uhr

 Bowling in der Gaststätte „Zur Linde“ / Eintritt vor Ort  
Kaffee und Kuchen / Selbstzahler

 **Hin- & Rückfahrt:** 5,00 €

---

 **Donnerstag, den 23. April – Fahrt zum Marktplatzcenter**


 Abfahrt ca. 09.00 - 13.00 Uhr


 Ausflug mit individueller Freizeit. Abfahrt am Walkmüllerweg 4a.

 **Hin- & Rückfahrt:** 5,00 €



---

 **Dienstag, den 28. April – Fahrt nach Polen**

 Abfahrt: ca. 07.30 – 08.00 Uhr

 Ausflug mit individueller Freizeit, Kaffee trinken bei der GWW

 **Hin- & Rückfahrt:** 15,00 €


 Bei schlechtem Wetter kann die Fahrt leider ausfallen. Wir informieren Sie rechtzeitig. 

---

*Anmeldung zu unseren Veranstaltungen*

*Damit wir alles gut vorbereiten können – bitten wir Sie, sich rechtzeitig anzumelden.  Persönlich,*

 *Telefonisch unter: 039603 / 20452*

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

*Wir freuen uns über jede Anmeldung und ganz besonders darauf, Sie bei unseren Veranstaltungen zu begrüßen! *



📌 Vom 2. Mai an findet unter dem bundesweiten Motto **# 5. Mai - „Menschenrechte sind nicht verhandelbar“** eine Protestwoche statt.

Als Verein möchten wir uns sichtbar beteiligen und ein klares Zeichen setzen: für Teilhabe, Gleichberechtigung, Inklusion und Respekt. Damit unser Auftritt kreativ, bunt und aufmerksamkeitsstark wird, planen wir am

### **21.04.2026 – gemeinsame Bastelaktion**

An diesem Tag möchten wir:

- Wimpelketten gestalten
- Banner bemalen
- Plakate entwerfen
- Stoffe zuschneiden und vorbereiten

Dafür brauchen wir Ihre Unterstützung!

#### **Wer kann helfen?**

Wir suchen:

- helfende Hände beim Basteln und Gestalten
- kreative Köpfe für Ideen und Layout
- Unterstützung beim Zuschneiden und Nähen
- Personen, die Materialien transportieren oder vorbereiten können

**Jede Hilfe ist wertvoll.**

## **Wer kann Materialien spenden oder sponsern?**

Besonders dringend benötigen wir:

- Stoffreste (gerne bunt)
- Bettlaken (auch alte, saubere Laken)
- feste Stoffe für Banner
- Acryl- oder Stofffarben
- Pinsel, Schablonen
- Schnur oder Kordel für Wimpelketten

Auch kleine Sachspenden helfen uns weiter.

Vielleicht kennen Sie ein Geschäft oder Unternehmen, das Materialien zur Verfügung stellen könnte?

## **Warum ist das wichtig?**

Der 5. Mai ist europaweit ein bedeutender Aktionstag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen. Mit unserer Beteiligung zeigen wir:

- Menschenrechte gelten für alle.
- Inklusion ist kein Sonderrecht, sondern Grundrecht.
- Teilhabe darf nicht verhandelbar sein.

Je sichtbarer wir auftreten, desto stärker ist unsere gemeinsame Botschaft.

## **Bitte melden Sie sich!**

Wenn Sie:

- mitbasteln möchten
- Materialien spenden können
- Kontakte zu möglichen Sponsoren haben

dann sprechen Sie uns bitte an oder melden sich im Verein.

Gemeinsam setzen wir ein starkes Zeichen.

Gemeinsam sind wir sichtbar.

Gemeinsam stehen wir für Menschenrechte.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Gez. Ihr Vorstand