

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

Ausgabe: **April 2026**

### **„INFO“**

Das INFO- Heft des Stargarder Behindertenverbandes e.V. erscheint monatlich.

Redaktionsschluss ist jeweils der 10. des Monats.

**Auflagenhöhe:** 185

**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.**



## 5. Mai: Warum dieser Tag so wichtig ist

Jedes Jahr am 5. Mai findet der Europäische Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen statt. Dieser Tag ist weit mehr als ein symbolischer Termin im Kalender. Er erinnert daran, dass Gleichberechtigung, Barrierefreiheit und Teilhabe noch immer nicht selbstverständlich sind.

Seit seiner Einführung durch die Aktion Mensch im Jahr 1992 macht der Protesttag darauf aufmerksam, dass Menschen mit Behinderungen die gleichen Rechte haben wie alle anderen Menschen. Dennoch stoßen sie im Alltag weiterhin auf zahlreiche Hindernisse – im öffentlichen Raum, in Behörden, in der Freizeit, im Internet oder im Berufsleben. Der 5. Mai macht sichtbar, was oft übersehen wird: Barrieren sind für viele Menschen kein Ausnahmefall, sondern tägliche Realität.

Lange Zeit wurde Behinderung vor allem unter dem Gesichtspunkt der Fürsorge betrachtet. Heute steht dagegen ein anderer Gedanke im Mittelpunkt: Menschen mit Behinderungen haben ein Recht auf Selbstbestimmung, Teilhabe und gleichberechtigte Mitwirkung in allen Lebensbereichen. Mit der UN-Behindertenrechtskonvention ist dieser Anspruch klar benannt. Doch zwischen diesem Recht und der Wirklichkeit besteht vielerorts noch immer eine deutliche Lücke.

Barrieren sind dabei nicht nur Stufen, fehlende Rampen oder nicht erreichbare Gebäude. Auch komplizierte Sprache, fehlende Untertitel, unübersichtliche Internetseiten, mangelnde Orientierung oder technische Hürden können Menschen ausschließen. Barrierefreiheit betrifft deshalb nicht nur einzelne Bereiche, sondern das gesamte gesellschaftliche Leben.

Gerade deshalb ist der 5. Mai auch heute noch notwendig. Er ist kein Gedenktag, sondern ein Protesttag. Er erinnert Politik, Verwaltung und Gesellschaft daran, dass Teilhabe kein freiwilliges Angebot ist, sondern ein Recht. Menschenrechte sind nicht verhandelbar.

Barrierefreiheit nützt dabei nicht nur Menschen mit Behinderungen. Sie hilft auch älteren Menschen, Familien mit Kinderwagen, Menschen mit vorübergehenden Einschränkungen und letztlich allen, die sich selbstständig und sicher im Alltag bewegen wollen. Eine barrierefreie Gesellschaft ist deshalb eine lebenswertere Gesellschaft für alle.

Der 5. Mai fordert uns auf, genauer hinzuschauen: Wo bestehen noch Barrieren? Wer wird ausgeschlossen? Und was muss sich ändern, damit Teilhabe wirklich für alle möglich wird? Solange diese Fragen nicht überall zufriedenstellend beantwortet sind, bleibt der Protesttag wichtig.

### **Fazit:**

Der Europäische Protesttag am 5. Mai macht deutlich, dass Gleichberechtigung und Teilhabe keine Selbstverständlichkeit sind. Er erinnert daran, dass Barrierefreiheit eine Voraussetzung für Würde, Selbstbestimmung und gesellschaftliche Teilhabe ist — und dass noch viel zu tun bleibt.

**„In Selbstbestimmung und Würde“**

*Ihr Vorstand des Stargarder Behindertenverband e. V.*

## **Ausblick: Bewegung als fester Bestandteil des Alltags**

Die positiven Rückmeldungen aus der Gruppe bestärken uns darin, die gesundheitsbezogene Bewegungs- und Aktivierungsrunde weiter auszubauen und als festen Bestandteil unseres Selbsthilfeangebots zu etablieren. Ziel ist es, allen Teilnehmenden langfristig eine niedrigschwellige Möglichkeit zu bieten, ihre körperliche Aktivität regelmäßig in den Alltag zu integrieren.



Gerade für Menschen mit chronischen Erkrankungen zeigt sich immer wieder, wie wichtig kontinuierliche, angepasste Bewegung ist. Sie kann dazu beitragen, Beschwerden zu lindern, die Selbstständigkeit zu erhalten und das Vertrauen in den eigenen Körper zu stärken. Unsere Runde bietet hierfür einen geschützten Rahmen, in dem jede und jeder ohne Leistungsdruck aktiv werden kann.



**Mehr als Bewegung: Raum für Austausch und Stärkung**



Neben der körperlichen Aktivierung gewinnt auch der soziale Aspekt zunehmend an Bedeutung. Die Teilnehmenden nutzen die Treffen nicht nur für Bewegung, sondern auch für Gespräche, gegenseitige Unterstützung und den Austausch von Erfahrungen aus dem Alltag mit Erkrankung.

Diese Kombination aus Aktivität und Gemeinschaft schafft einen ganzheitlichen Mehrwert:

- Stärkung der körperlichen Ressourcen
- Förderung der mentalen Gesundheit
- Aufbau von sozialen Kontakten
- Erleben von Zugehörigkeit und Verständnis

Viele berichten, dass sie sich nach den Treffen nicht nur körperlich beweglicher, sondern auch emotional gestärkt fühlen.

## **Gemeinsam in Bewegung bleiben und dabei noch genießen**

Auch in den kommenden Monaten sind weitere Termine geplant. Dabei möchten wir weiterhin abwechslungsreiche Impulse setzen – von sanften Mobilisationsübungen über koordinative Einheiten bis hin zu kleinen Bewegungssequenzen mit Musik.



*Vielen Dank an Frau Köpnick für die leckere Nachspeise*

Neue Teilnehmende sind jederzeit herzlich willkommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – wichtig ist lediglich die Bereitschaft, sich in angenehmer Atmosphäre zu bewegen und Teil einer unterstützenden Gemeinschaft zu sein.

Denn eines zeigt sich immer wieder ganz deutlich:  
Gemeinsam fällt Bewegung leichter – und macht einfach mehr Freude.

## Osterbasteln mit Frau Keck am 09. März



Was Frauen und Männer alles so selbst Basteln können.



Frau Keck schneidet und klebt

## Geburtstag des Monats Februar am 10. März 2026



Frau Siratzki, der Gast von Familie Funke am Kaffeetisch



In gemütlicher Runde sitzen Frau Blum mit Frau Burgartz



## Geburtstag des Monats Februar am Dienstag 10. März

Klein aber fein! Unter diesem Motto fanden sich am 10. März Frau Funke und vier Gäste zum Geburtstag des Monats Februar in der Begegnungsstätte am Walkmüllerweg ein. Frau Köster hatte wieder eine schöne Kaffeetafel hergerichtet und schnell waren noch die zwei mitgebrachten Kuchen angeschnitten und aufgetischt. Frau Köster begrüßte uns recht herzlich und brachte uns mit einigen Gedichten und Weisheiten zum Schmunzeln. Dann wurde der Kaffee eingeschenkt und alle ließen sich den Kuchen schmecken. Natürlich durfte das Glas Sekt nicht fehlen und wir stießen auf uns aller Gesundheit an. Da Frau Köster drei Tage zuvor Geburtstag hatte spendierte sie, passend zur bevorstehenden Osterzeit, leckeren Eierlikör im Schokobecher. Köstlich! Der Gesprächsstoff ging nicht aus, es wurde viel gelacht, und die Zeit verging wie im Flug. Beim Verlassen des Gebäudes wurde auch schon das nächste Geburtstagskind, Frau Kuhnt, auf dem Balkon gesichtet und natürlich mit einem Geburtstagsständchen bedacht. So gingen alle frohgelaut über einen schönen Nachmittag nach Hause.

V.Funke



## Auf ein Hoch auf uns Frauen

Zum 11. März 2026 lud der Behindertenverband zur diesjährigen Frauentagfeier in die Kaffeestube am Markt ein. Rund 50 Gäste und Helfer waren der Einladung gefolgt. Wie immer waren die Tische festlich eingedeckt und die Dekoration bestens ausgewählt. Herr Funke vom Vorstand des Vereins begrüßte alle Anwesenden und sprach die Glückwünsche zum Ehrentag aus. Bei Kaffee und Kuchen wurde dann ungezwungen geplaudert. Viele freuten sich, den einen oder anderen mal wieder zu begegnen. Für die musikalische Umrahmung sorgte Herr Rösler. Es wurde gleich zu Beginn mitgesungen und geschunkelt. Aber erst zum Ende hin schwangen einige Mutige das Tanzbein. Ein Gläschen Sekt sollte an diesem Tage auch nicht fehlen. Ein Prosit auf ein weiteres Jahr in Frieden und Gesundheit.

V. Schulz



Fr. A. Jähn und Fr. Kuhnt wagen ein Tänzchen

## Frauentagfeier am 11. März 2026

Und dann die Hände zum Himmel  
komm lasst uns fröhlich sein, wir  
Klatschen zusammen und keiner  
ist allein!

Gemeinsame Schunkelrunde an  
den Tischen.

Röschen hat wieder für Stimmung  
gesorgt und es war eine schöne  
Feier.



Am Kaffeetisch sitzen von rechts nach links, Fr. Köpnick mit Fr. Krüger

## Aktionsfrühstück am 17.03.2026



**Ein leckerer Frühstückstisch für unsere geladenen Gäste**

## Veranstaltung mit Hr. Saß am Mittwoch 18. März

Es war einmal...Schönes und Schauriges...niemand weiß das so herrlich mitreißend und unterhaltsam zu erzählen wie unser Stadtbekannter Museologe Frank Saß. So kamen dann auch am 18. März zahlreiche Interessierte zur Begegnungsstätte, um sich für eine kurze Zeit in ein anderes Zeitalter verzaubern zu lassen. Von einer wilden Löwin, heldenhaften Jünglingen, tugendhaften Burgfräuleins, gar vom Teufel wurde lebhaft berichtet und manch einer konnte sich bildlich in eine Zeit zurückversetzen, als es in Burg Stargard noch keine Bahnlinie, keine befestigten Straßen oder gar Autos gab. Versüßt wurden die teils schaurigen Geschichten von Kaffee und Kuchen und die Zeit verging viel zu schnell. V. Funke



Familie Oppelt kommen gerne zur Veranstaltung bei Hr. Saß

## Veranstaltung mit Hr. Saß in der Begegnungsstätte



Hr. Saß erzählt Sagen von Burg Stargard



Familie Funke und Fr. Ziegenfeuter waren auch Gäste bei Hr. Saß

## Kochzirkel am 19.03.2026



Tatkräftige Helfer beim Schneiden und Schnippeln



Hr. Schönfeldt hilft Fr. Rose beim Schneiden der Wrucke

**Fleißige Helfer beim Wimpel Basteln am 25.03.2026**





## Erfolgreiche Teilnahme am DRK-Lehrgang

Am 26. März nahmen alle 15 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter geschlossen an einem Lehrgang des Deutschen Roten Kreuzes (DRK) teil, der in der Begegnungsstätte unseres Vereins stattfand.



Im Rahmen der Schulung wurden wichtige Kenntnisse und praktische Fähigkeiten vermittelt, um in Notfallsituationen sicher und angemessen handeln zu können. Der Fokus lag dabei insbesondere auf der praktischen Anwendung, sodass alle Teilnehmenden ihr Wissen direkt erproben konnten.

## Lenzgefühl

Die Sonne lockt uns aus dem Zimmer.  
Weht auch der Wind noch etwas kühl:  
Hell strahlt der Tag im Blütenschimmer,  
die Welt sonnt sich im Lenzgefühl.

Das Lied zahlreicher Wipfelsänger,  
der Schwäne Ruf, des Wandrers Gruß  
erweisen sich als Seelenfänger -  
befreien uns vom Winterblues.

Die Landschaft zeigt sich wiesenbunter,  
kein Niederschlag, der Himmel blaut.  
Die Frühlingsfalter tanzen munter  
zu Sphärenklängen, wohlvertraut.



Liebe Seniorinnen, liebe Senioren, die wohl schönste Zeit des Jahres hat begonnen und ich wünsche Ihnen schöne Wochen beim Spazieren gehen, oder der Blumenpflege im Garten, aber auch einfach nur mit fröhlichen Stunden Gemeinsamkeit miteinander.

Eine kleine Auswahl von Geschichten, die zu dieser Frühlingszeit passen, habe ich für Sie ausgesucht und ich hoffe, sie freuen sich darüber.

Heidmarie Wossidlo

## April, April ... macht was er will

Opa Rudi sah aus dem Fenster und freute sich. »Sieh man einer an. Die Sonne scheint. Der perfekte Moment, um einen gemütlichen Nachmittagsspaziergang zu machen.«

Er trank den letzten Schluck aus seiner Kaffeetasse. Dann zog er seine Schuhe an, nahm seinen Spazierstock zur Hand und verließ das Haus. Kaum hatte er die Haustür hinter sich abgeschlossen, fegte ein starker Wind durch die Straße.

»Damit habe ich jetzt aber nicht gerechnet.« wunderte sich Opa Rudi. Immerhin war der Himmel wolkenlos. »So kann ich nicht spazieren gehen.«

Er ging also zurück ins Haus. Mühsam kletterte er die Treppe hinauf, holte einen warmen Pullover aus dem Schrank und ging erneut nach draußen.

Opa Rudi war kaum zehn Meter gegangen, als dicke, graue Wolken auftauchten und die Sonne verdeckten. Von einer Minute zur anderen begann es zu regnen. Dicke Tropfen vielen herab und füllten schnell die Pfützen auf der Straße.

»Regen?« Wo ist der blaue Himmel?« beschwerte sich Opa. Erneut stapfte er ins Haus, strich sich die Wassertropfen aus dem Haar und überlegte, ob er überhaupt noch nach draußen gehen sollte.

»Mit Friesennerz wird's wohl gehen.«

Also zog er sich einen Regenmantel an, stülpte sich Gummistiefel über die Füße und begann den dritten Versuch seines Spaziergangs.

Aber das Wetter wollte einfach nicht mitspielen. Es spielte ihm einen weiteren Streich. Die Temperaturen kühlten plötzlich ab. Die dicken Regentropfen gefroren, fielen nun als Schneeflocken und färbten die ganze Umgebung weiß ein.

»Das darf doch einfach nicht wahr sein.« Opa Rudi fluchte und schimpfte zum Himmel hinauf.

»Ich will doch nur einen Spaziergang machen und frische Luft schnappen.«

Also noch einmal zurück ins Haus. Er tauschte Regenmantel gegen Wintermantel und Handschuhe.

»Das ist jetzt mein allerletzter Versuch. Danach gebe ich auf.« Opa Rudi öffnete vorsichtig die Haustür und sah nach draußen. Es schneite immer noch. Es sah sogar nach einem richtigen Schneesturm aus.

»Jetzt passt es.«

Opa Rudi nickte und ging nach draußen. Kaum hatte er die Tür hinter sich verschlossen, verschwanden die Schneeflocken. Er wurde wieder wärmer. Der Schnee schmolz, die Wolken rissen auf und die Sonne kam wieder zum Vorschein.

Opa Rudi seufzte und gab auf. „Das wird heute nichts mehr mit meinem Spaziergang. „Er ging also zurück ins Haus und ließ sich enttäuscht in seinen Sessel fallen.

»Es ist doch schon Mai. Warum haben wir dann so ein grausiges Aprilwetter?« Hätte Opa Rudi einmal hinter seine Büsche gesehen, hätte er sich bestimmt gewundert. Dort saß nämlich ein kleiner Kobold mit langen, spitzen Ohren, der sich vor Lachen den Bauch hielt. Dann holte er einen Zauberstab aus seiner Tasche und schwang ihn hin und her. Dabei änderte sich schon wieder das Wetter. »April, April – Ich mache was ich will“.



## Ein sonniger Frühlingstag unter Nachbarn

Endlich scheint die Sonne wieder, der Himmel ist blau, und so kalt wie in den letzten Wochen ist es auch nicht mehr.“

Else Bergmann trat auf die Terrasse, breitete die Arme aus und streckte ihr Gesicht der Sonne entgegen.

„Schlimm, nicht wahr? Die Sonne zeigt, wie schmutzig die Fenster sind.“

Ihre Nachbarin Anni Lind stand am Fenster und hub zu einer Schimpftirade an.

Else seufzte. Die beiden Frauen waren die Gegensätze schlechthin. Alles, was ihr gefiel bot Anni Lind Anlass zu Meckereien. Dabei war sie davon überzeugt, dass diese im Grunde ihres Wesens eigentlich eine nette Frau war. Leider sah sie die schönen Dinge des Lebens nicht und machte sich dadurch ihren Alltag schwer.

„Ach, liebe Anni, kommen Sie doch heraus und lassen Sie uns das schöne Wetter genießen. Ihre Fenster können warten und außerdem haben Sie die doch erst letzte Woche geputzt, stimmt’s?“

„Beobachten Sie mich schon wieder? Kann man denn nichts tun, ohne dass sich die Nachbarn die Mäuler darüber zerreißen?“

Anni war erregt. „Sie sollten vor Ihrer Türe kehren. Und sehen Sie sich mal Ihre Fenster an!“

„Ja, sind sie nicht wunderschön mit der neuen Frühlings Deko? Meine Enkelin hat die Blumen im Kindergarten gebastelt. Sie leuchten richtig, nicht wahr?“ Else lächelte, auf die Beschimpfungen ging sie gar nicht ein, das führte zu nichts.

„Mir bastelt keiner etwas.“ Annis Stimme klang leiser nun, versöhnlicher. „Nicht dass Sie meinen, ich starre unentwegt zu Ihrem Haus hinüber, aber die bunten Fenster sind nicht zu übersehen. Sie stimmen wirklich fröhlich, da haben Sie recht.“ Sie zögerte. „Wenn man einen Grund zur Fröhlichkeit hat. Ich aber ...“ Sie brach ab.

Else wusste, dass Anni allein war, seit ihr Mann vor zwei Jahren

gestorben war und Enkelkinder hatte sie nicht. Soweit sie wusste, war der Sohn irgendwo im Ausland tätig und kam nur selten nach Hause.

„Kommen Sie doch einfach zum Tee zu mir! Ich würde mich freuen“, schlug sie vor und erwartete schon eine Absage. Oft genug hatte sie es versucht, aber Anni war nie darauf eingegangen. „Oder wollen wir einen Spaziergang machen?“ „G-gerne. Ei-eine Tasse Tee würde gut tun jetzt.“ Die sonst so grimmige Nachbarin lächelte auf einmal. „Aber nur, wenn ich meinen Apfelkuchen mitbringen darf. Er ist noch warm und nach einem ganz besonderen Rezept gebacken.“ „Warmen Apfelkuchen? Oh, den liebe ich ganz besonders. Kommen Sie gleich! Ich setze schon mal Teewasser auf.“ Else freute sich. Er fing gut an, dieser sonnige Frühlingsnachmittag. Und hatte die Sonne nicht gerade ihre Hände, pardon, Strahlen mit im Spiel?

© Elke Bräunling



## Tanz in den Mai

Die Nacht vom 30. April zum 1. Mai ist als Walpurgisnacht bekannt. Nach altem Volksglauben sollen die Hexen auf dem Blocksberg – dem Brocken im Harz – tanzen. Der Name „Walpurgis“ leitet sich von der heiligen Walburga ab. Sie war eine benediktinische Äbtissin und wurde am 1. Mai heiliggesprochen. In der Walpurgisnacht wurden Feuer entzündet und gefeiert. Die neun Tage vor dem 1. Mai galten als Hexentage und fanden in der Walpurgisnacht ein Ende.



Heutzutage tanzen nicht mehr die Hexen auf dem Blocksberg, sondern die jungen Leute in den Mai hinein. Dies ist eine schöne Art, den Frühling zu begrüßen und es geht sehr ausgelassen zu. Wenn man vom Tanzen recht durstig geworden ist, dann steht schon eine köstliche Maibowle bereit. Mit zartem, grünem Waldmeister zubereitet erfrischt sie jeden Tänzer. Und nicht nur die: auch jene jungen Burschen, die ihrer Liebsten einen Maibaum vor das Fenster stellen. Der Maibaum ist ein junger Birkenstecken, der mit buntem Krepppapier umwickelt wurde, und an dem bunte Bänder flattern. Er gilt als Liebesbeweis. In Schaltjahren ist es übrigens andersherum: da gestalten die jungen

Mädchen die Maibäume und stellen sie ihren Angebeteten vor die Tür.



Ein anderer Brauch am 1. Mai ist das Maisingen. Junge Burschen gehen von Haus zu Haus und tragen Lieder vor. Als Dankesgabe erhalten sie Eier, Speck oder auch Geld.



Seit dem Mittelalter gibt es die Tradition, eine Maikönigin zu wählen. Das schönste Mädchen der Stadt wird dazu erkoren und nach der Krönung auf dem Maifest zur Versteigerung angeboten. Die Maikönigin wird dann dem Meistbietenden oder dem Maikönig übergeben. Das Versteigerungsgeld bekommen die nicht so begehrten Mädchen für ihre Aussteuer. Vor der Versteigerung wird eine Strohuppe, die der Maikönigin des Vorjahres ähnlichsieht, verbrannt.

Am Morgen des 1. Mai ziehen dann die jungen Leute mit dem Bollerwagen, beladen mit Getränken, los. Sie wandern in Gruppen durch Wald und Flur und treffen sich dann alle an einem bekannten Ausflugsziel. Dort wird dann weiter ausgelassen gefeiert. Ein anderer Brauch am 1. Mai ist das Maisingen. Junge Burschen gehen von Haus zu Haus und tragen Lieder vor. Als Dankesgabe erhalten sie Eier, Speck oder auch Geld. Die jungen Leute stehen mit all diesem ausgelassenen bunten Treiben zur Begrüßung des Frühlings nach dem langen Winter dem wilden Tanz der Hexen auf dem Blocksberg in nichts nach.



## Ein gemütlicher Lesenachmittag mit Frau Wossidlo



## Geburtstag feiern im Monat April 2026

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

Herr Bernd Nowotny

Frau Gerda Siratzki

Herr Alfons Menzel

Frau Irene Witt

Frau Ina – Margitta Ortman

Frau Gisela Mieling

Frau Berta Schutt

Herr Gerhard Oppelt


Herr Peter Strübing

Herr Bert Funke

Frau Waltraut Tietschert



### **Einladung zur gemeinsamen Geburtstagsfeier**

 Vielleicht sehen wir uns ja bei unserer  
**„Feier der April-Geburtstagskinder“**  
am **Dienstag, 12. Mai 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!** 

## Gemüse des Monats April:

Allmählich werden die Tage länger und wärmer. Mit dem April beginnt die Zeit, in der Sie endlich wieder mehr Obst und Gemüse aus heimischen Freiland Anbau auf den Wochenmärkten und in den Supermarkt Regalen finden.

Im April können Sie den ersten Blumenkohl erwerben und auch Radieschen und Spinat sind nun erhältlich. Teilweise können Sie sogar schon den ersten Spargel des Jahres genießen.

### Bauernregel des Monats

Nasser März und trockener April, kein Kräutlein geraten will!

Asia – Salat ist botanisch eigentlich gar kein Salat, sondern gehört zu den Kohlarten. Asiasalat muss frisch sein und schnell verbraucht werden. Im Kühlschrank sollten Sie ihn maximal zwei Tage leicht feucht in einer Plastiktüte lagern.

Ich persönlich kombiniere in einem gemischten Salat gern die verschiedenen Sorten, weil sie unterschiedliche Geschmacksnoten haben. Picanto (Senfspinat) schmeckt senfartig scharf, Mizuna – Rübstiel hat eine Meerrettichnote und Agono schmeckt leicht nach Pellkartoffeln. Dazu passen Radieschen oder auch gehackte Walnüsse und ein French Dressing.



## Informationssplitter

### Neue Mitglieder

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



**Herr Hans-Joachim Arndt**  
**Frau Sieglinde Liske**  
**Herr Joachim Liske**

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

### Zum runden Jubiläum gratulieren wir :

**Frau Gisela Mieling**

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.**



Ein Hut voller Freude,  
ein Fass voller Glück,  
wir wünschen Ihnen viel Gesundheit  
und Zufriedenheit am Stück!



# Tierkreiszeichen Widder

(21. März – 20. April)

## Eigenschaften eines Widders

### Stärken und Schwächen

✦ Energiegeladen & Aktiv: Widder besitzen eine enorme Energie, sind kaum zu bremsen und brauchen körperliche Herausforderungen.

✦ Mutig & Abenteuerlustig: Sie gehen furchtlos an neue Aufgaben heran und sind offen für neue Erfahrungen.

✦ Ehrgeizig & Willensstark: Als Kämpfer verfolgen sie ihre Ziele konsequent.

✦ Ehrlich & Direkt: Sie sagen offen was sie denken und sind sehr direkt.

✦ Impulsiv & Ungeduldig: Widder handeln oft schnell, ohne lange nachzudenken und wollen Ergebnisse am besten sofort.

✦ Stur & Eigenwillig: Mit dem Kopf durch die Wand ist ihr Motto.

✦ Egozentrisch: Manchmal steht der eigene Wille zu sehr im Vordergrund.



### Widder im Beruf:

✦ Sie brillieren in Führungspositionen, da sie gerne Verantwortung übernehmen.

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

**Ich bin unsichtbar, aber Sie können mich fühlen. Ich komme und gehe wann ich will. Was bin ich?**

Lösung: \_\_\_\_\_

**Ich habe einen Hals, aber keinen Kopf. Was bin ich?**

Lösung: \_\_\_\_\_

**Ich habe Wurzeln, doch stehe nicht in der Erde. Was bin ich?**

Lösung: \_\_\_\_\_

**Was gehört Ihnen, wird aber meistens von anderen verwendet?  
Was bin ich?**

Lösung: \_\_\_\_\_

**Je mehr Sie wegnehmen, desto größer wird es. Was ist es?**

Lösung: \_\_\_\_\_

**Je mehr von mir da ist, desto weniger sieht man mich.  
Was bin ich?**

Lösung: \_\_\_\_\_

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

Schwierigkeitsgrad: Mittel

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



# Veranstaltungskalender Behinderten- und Seniorentreff Monat Mai 2026

**gemeinsam in unserer Begegnungsstätte** ✨

Wir freuen uns auf viele schöne Momente mit Ihnen!

Der **April** 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. ✨

## **Mittwoch, 06. Mai - Barrierefreies Wohnen**

 **Zeit:** 14:00 – 16:00 Uhr


**Präsentation des Wohnprojekts:** „25 Jahre barrierefreies Wohnen“


Referentinnen: Frau Schmidt und Frau Meyer

---

## **Montag den 11. Mai - Bewegung mit dem AD**

 Zeit 13:00 Uhr – 14:00 Uhr

 Sanfte Übungen, danach ein Glas Saft oder Wasser

 Beitrag: 1,50 €


---

## **Montag den 18. Mai - Häkel- und Stricknachmittag**

 Zeit: 14:00 – 16:00 Uhr

 Jeder bringt seine Wolle und Nadeln mit, natürlich können Sie sich  
untereinander austauschen

Kaffee & Kuchen im Anschluss


 Beitrag: 3,50 €

---



 **Dienstag den 19. Mai - Offener Frühstückstreff**


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

 Zeit: 09:30 Uhr – 11:00 Uhr


 Beitrag: 5,00 €

---

 **Mittwoch den 20. Mai - Kochkurs** 

 Zeit: ab 10:00 Uhr

 Gemeinsam kochen und genießen Gulasch, Rotkohl und Kartoffeln


 Unterstützung wäre nett


 Beitrag: 6,00 €

---


 **Mittwoch den 27. Mai - Sport im Gruppenkreis mit Frau Blum**

 Zeit: 14:00 Uhr -16:00 Uhr

 Sanfte Übungen, anschließend gesunde Kost.

 Beitrag: 3,50 €


---

 **Donnerstag den 28. Mai - Lesenachmittag**

 Zeit: 14:00 Uhr -16:00 Uhr

Es werden Geschichten vorgelesen, mal heiter, mal nachdenklich

 Kaffee & Kuchen im Anschluss

 Beitrag: 3,50 €

---


 *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**

## Zum Herren- und Vatertag

Der Herren- und Vatertag ist für uns ein schöner Anlass, allen Männern des **Stargarder Behindertenverbandes e.V.** herzliche Grüße und die besten Wünsche zu übermitteln.

Besonders möchten wir heute auch an unsere  
**Mitarbeiter** denken  
und ihnen von Herzen Danke sagen.  
Mit ihrem Einsatz, ihrer Hilfsbereitschaft  
und ihrem täglichen Engagement  
tragen sie viel zu unserem gemeinsamen Miteinander bei  
und sind ein wertvoller Teil unseres Verbandes.

Wir wünschen allen Männern Gesundheit,  
Freude und viele schöne Momente,  
Zeit für gute Gespräche, gemeinsames Lachen  
und Menschen an der Seite, die das Herz wärmen.

Denn oft sind es nicht die großen Dinge, die einen Tag besonders  
machen,  
sondern das Gefühl von Gemeinschaft, Anerkennung und  
Zusammenhalt.

So wünschen wir allen Männern unseres Verbandes  
einen schönen und gelungenen Herren- und Vatertag.


Zugleich laden wir herzlich zu unserer  
**Herrentagsfeier am 13.05.** ein  
und freuen uns auf fröhliche Stunden,  
ein schönes Beisammensein und viele gute Gespräche.

**„In Selbstbestimmung und Würde“**  
*Ihr Vorstand des Stargarder Behindertenverband e. V.*

# Kultur- und Veranstaltungsplan

## Unser Programm im Mai 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!

---

### **Dienstag, 05. Mai – Stadtbegehung & Gesprächsrunde**


 10:00 – 14:00 Uhr


 Stadtbegehung mit anschließender Gesprächsrunde

 Kaffee & belegte Brötchen

---

### **Mittwoch den 06. Mai – Fahrt zum Globus**


 Abfahrt: ca. 09:00 – 09:30 Uhr / 12:30 Uhr

 Einkaufsausflug. Abfahrt am Walkmüllerweg 4a.


 **Hin- & Rückfahrt: 5,00 €**

---

### **Donnerstag, 07. Mai – Barriere-Check im Meeresmuseum Stralsund**

 Abfahrt: ca. 08:15 Uhr / Rückfahrt: ca. 14:00 Uhr


 Gemeinsame Fahrt und Eintritt sind organisiert


 Speisen und Getränke sind selbst zu bezahlen

 Anmeldeschluss: 30.04.2026 (ca. 25 Plätze)

---

### **Samstag, 09. Mai – Aktionstag „Teilhabe jetzt!“**

 10:00 – ca. 14:30 Uhr


 Walkmüllerweg & angrenzender Park


Speisen und Getränke werden zu kleinen Preisen angeboten.

---

---


 **Dienstag den 12. Mai – Geburtstag des Monats April** 


 Zeit 14:00 – 16:00 Uhr

 Gemütliches Beisammensein an einer gedeckten Kaffeetafel

---


 **Mittwoch den 13. Mai – Fahrt zur GWW nach Woldegk**


 Abfahrt: ca. 10:45 Uhr

 Gemeinsamer Mittagstisch – Einkauf im Hofladen!


 **Hin & Rückfahrt: 7,00 €**

---

 **Mittwoch den 13. Mai – kleine Feier zum Herrentag**


 Zeit 11:30 – 14:30 Uhr


 Gemeinsames Grillen bei einem Bierchen

 Beitrag: 6,00 €


---


 **Mittwoch den 20. Mai – Bowlingnachmittag**

 Zeit: 15:00 – 17:00 Uhr

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

---

 **Donnerstag, den 21. Mai – Fahrt zum Marktplatzcenter**


 Abfahrt ca. 09:00 – 12:30 Uhr


 Ausflug mit individueller Freizeit. Abfahrt am Walkmüllerweg 4a.

 **Hin- & Rückfahrt: 5,00 €**

---

 **Dienstag den 26. Mai – Fahrt nach Polen**

 Abfahrt: ca. 07:30 – 08:00 Uhr

 Ausflug mit individueller Freizeit, Kaffee trinken bei der GWW

 **Hin- & Rückfahrt: 15,00 €**

---



## **„Teilhabe jetzt!“ – Protestwoche für Barrierefreiheit**

**Unter dem Motto: „Menschenrechte sind nicht verhandelbar“  
(#5Mai)**

Liebe Mitglieder, liebe Interessierte, liebe Angehörige,

auch in diesem Jahr möchten wir im Rahmen des Europäischen Protesttages zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen ein deutliches Zeichen setzen.

Mit unserer Protestwoche für Barrierefreiheit laden wir Sie herzlich ein, gemeinsam mit uns hinzuschauen, Barrieren sichtbar zu machen und Teilhabe vor Ort aktiv mitzugestalten.

Barrierefreiheit entsteht nicht von allein – sie braucht Aufmerksamkeit, Austausch und Menschen, die ihre Erfahrungen einbringen.

Genau dazu möchten wir Sie ermutigen:

Kommen Sie mit uns ins Gespräch und setzen Sie gemeinsam mit uns ein Zeichen für mehr Gleichberechtigung und ein selbstbestimmtes Leben.

## **Dienstag, 05.05.2026 – Auftakt & Stadtbegehung**


 10:00 Uhr | Walkmüllerweg

Den Auftakt bildet unsere jährliche Stadt- und Barrierebegehung. Gemeinsam mit Vertreterinnen und Vertretern der Stadt nehmen wir konkrete Orte in den Blick, benennen Hindernisse und sammeln erste Ideen für Verbesserungen.

Im Anschluss laden wir zur öffentlichen Auswertung ein. Alle sind herzlich willkommen, ihre Erfahrungen einzubringen und sich an der Diskussion zu beteiligen.

---

## **Mittwoch, 06.05.2026 – Barrierefreies Wohnen**


 14:00 – 16:00 Uhr | Walkmüllerweg 4b

Frau Schmidt und Frau Meyer stellen das Wohnprojekt „**25 Jahre barrierefreies Wohnen**“ vor und zum Jubiläum.

Im Anschluss gibt es bei einer Kaffeetafel Gelegenheit zum Austausch und zur Begegnung.

---

## **Donnerstag, 07.05.2026 – Regionaler Barriere-Check**

 Meeresmuseum Stralsund


Gemeinsam besuchen wir das neu renovierte Meeresmuseum und prüfen vor Ort die Zugänglichkeit, Orientierung und Nutzbarkeit.

An- und Abreise sowie der Eintritt sind organisiert. Speisen und Getränke sind nicht eingeschlossen und müssen selbst bezahlt werden.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit, den Aufenthalt individuell ausklingen zu lassen, bevor die gemeinsame Rückfahrt nach Burg Stargard erfolgt.





---

 **Samstag, 09.05.2026 – Aktionstag „Teilhabe jetzt!“**

 10:00 – ca. 14:30 Uhr

 Walkmüllerweg & angrenzender Park

Den Abschluss unserer Protestwoche bildet ein öffentlicher Aktionstag.

-  Präsentation der gesammelten Ergebnisse
  -  Gespräche mit Bürgerinnen und Bürgern
  -  Austausch mit Vertreterinnen und Vertretern aus Politik und Gesellschaft
  -  Beteiligung regionaler Akteure und Einrichtungen
- Ein musikalischer Beitrag sorgt für eine offene und einladende Atmosphäre.  
Speisen und Getränke werden zu kleinen Preisen angeboten.
- 

### **Unser Aufruf an Sie**

Bringen Sie sich ein.

Schauen Sie genau hin.


Benennen Sie Barrieren.

Teilen Sie Ihre Erfahrungen.

Jede Beobachtung, jedes Gespräch und jede Teilnahme helfen dabei,

Hindernisse sichtbar zu machen und Veränderungen anzustoßen.

Denn:

 **Teilhabe beginnt vor Ort – und sie gelingt nur gemeinsam.**

Die Protestwoche wird im Rahmen des Europäischen Protesttages am 5. Mai durch die Aktion Mensch gefördert.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme und Ihr Interesse!