

Editorial	2
Bange machen gilt nicht! Kommentar	3
Sozialpolitik für Behinderte, Interview	4-6
Das Europäische Jahr der Behinderten	7
Selbsthilferelevante Beratungsstellen	8-9
Angehörigenarbeit	10
Termine für Selbsthilfegruppen	11
“Barrierefreiheit beginnt im Kopf!”	12
Behinderung, Integration und Selbsthilfe	13
Stärkere Lobby für behinderte Frauen	14-15
Unterstützen und begleiten	16
Selbsthilfegruppen und Vereine	17
Patientenberatung und Patientenverfügung	18-19
Kontaktbörse	20
Servicestellen	21
Rätsel	22
Glossiert	23

Liebe Leserin, lieber Leser,

das Europäische Jahr der Menschen mit Behinderungen neigt sich seinem Ende und wir können auf viele Aktionen zurückschauen, die das Thema in den Mittelpunkt stellten. Hoffen wir, dass das öffentliche Interesse auch in den kommenden Jahren anhält.

Um der Wichtigkeit dieses Anliegens gerecht zu werden, nutzen wir die aktuelle Ausgabe, um Ihnen selbsthilferelevante Informationen aus der Landeshauptstadt Schwerin vorzustellen.

Mitglieder der Redaktion kamen mit Betroffenen, Angehörigen aber auch Politikern ins Gespräch, und es wurde deutlich, wie unterschiedlich die Interessen formuliert wurden. So favorisiert der zuständige Beigeordnete, Herr Junghans, aus Einsparungsgründen zukünftig nur eine Beratungsstelle für Schwerin. Dem widerspricht vehement eine Betroffene, die die notwendige Beratungsvielfalt verloren gehen sieht. Wir müssen also auch in Schwerin mit Veränderungen rechnen. Aber die Betroffenen sollten dabei unbedingt einbezogen werden.

Ich hoffe, dass Mancher beim Lesen unseres Journals wichtige Informationen erhält und für die Thematik sensibilisiert werden kann. Vielleicht fühlen Sie sich angesprochen und suchen demnächst eine Selbsthilfegruppe auf.

Wenige Sätze noch zu den Neuerungen und vor allem zu den Belastungen, die das Gesundheitssystemmodernisierungsgesetz (GMG) mit sich bringen. Ich würde gerne versuchen, die



Gemüter etwas zu beruhigen. Die Mitarbeiterinnen der KISS werden täglich mit Angst, Unsicherheit, Resignation, aber auch Wut konfrontiert. Sicher wird es insbesondere finanzielle Härten für viele Betroffenen geben (Praxisgebühr, erhöhte Zuzahlungen...). Aber so schlimm, wie manche befürchten, dass sie etwa medizinisch notwendige Medikamente nicht mehr erhalten oder ihnen in Notfällen Facharztkonsultationen verwehrt werden, wird es mit Sicherheit nicht kommen, denn das ist nicht Gesetzesinhalt. Natürlich verstehe ich Angst und vielleicht auch Wut. Denn die Belastungen durch das GMG, aber auch durch die Agenda 2010, sind eindeutig ungerecht verteilt. Wenn auch die Schwachen ihren Beitrag zur Konsolidierung der Sozialsysteme leisten müssen, sollten das vor allem aber die Starken. Die Forderung nach mehr Gerechtigkeit wird weiter von Vielen getragen. Mit diesen Gedanken wünsche ich Ihnen erholsame und friedvolle Weihnachten und ein wenig Optimismus für das neue Jahr.

Ihr Dr. Wolfgang Jähme
Vereinsvorsitzender

Bange machen gilt nicht!

Unser Schwerpunkt ist diesmal das Europäische Jahr der Menschen mit Behinderungen.

Was hat dies für den einzelnen Behinderten in Schwerin gebracht?

Vor Ihnen liegt die 2. Ausgabe des Journals der Schweriner Selbsthilfe "HILF DIR SELBST!" mit dem Schwerpunktthema: "Europäisches Jahr der Menschen mit Behinderung".



Marlies
Thomas-Steinert

Durch die stagnierende Wirtschaftslage ist in Deutschland die Vermittlung von behinderten Menschen um 5 % zurückgegangen. In Mecklenburg-Vorpommern hat sich die Vermittlung von behinderten Arbeitnehmern, trotz der Maßnahmen durch das Arbeitsamt und der Förderprogramme, noch weiter verschlechtert.

Haben behinderte Menschen in dieser Zeit überhaupt noch eine Chance?

Somit hat das Jahr für den einzelnen Behinderten nicht viel Positives gebracht, obwohl viele Vereine sich mit Fachtagungen und Sportfesten vorgestellt haben, konnte kaum etwas für Menschen mit Handicap im Arbeitsleben getan werden.

Als Zuständige für die Interessenvertretung der Behinderten wären das Integrationsamt, die Integrationsfachdienste und das Arbeitsamt zu nennen.

Zu den wesentlichen Aufgaben dieser Fachdienste gehört die Prävention, also der Erhalt von Arbeitsplätzen für behinderte Menschen, die Beratung um das Arbeitsverhältnis fortsetzen zu können oder eine andere Art der Beschäftigung in dieser Firma, möglichst dauerhaft zu gewährleisten und neue behindertengerechte Arbeitsplätze zu schaffen. Zu bemän-

geln wäre hierbei sicher die Öffentlichkeitsarbeit dieser Interessenvertretungen.

Und wie reagieren Firmeninhabern?

Wer kennt es nicht, es ist leichter, sich durch die Schwerbehindertenabgabe davon befreien zu lassen, als einen Behinderten einzustellen. Hierbei sei zu bedenken, dass für die Errichtung eines behindertengerechten Arbeitsplatzes vom Integrationsamt, den Integrationsfachdiensten und dem Arbeitsamt Zuschüsse gezahlt werden. Es wäre also notwendig hier mehr Aufklärung in den Firmen und Behörden zu leisten. Auch Behörden bilden hierbei keine Ausnahme, denn sie erfüllen ihre Pflicht auch nicht zu 100 Prozent.

Wozu gibt es eigentlich das Schwerbehinderten-Gesetz?

Es ist nur in Kooperation und in Vernetzung mehrerer Beteiligter möglich (z. B. dem Betriebsrat, dem Integrationsamt, den Integrationsfachdiensten und dem Arbeitsamt) die Realisierung dieser Ziele zu erreichen. Es bedarf guter Kenntnisse, entsprechender Erfahrung, neuer Ideen, des Mutes und positiver Beispiele, um hier auch in der Öffentlichkeit ein positives Bild vom Behinderten am Arbeitsplatz aufzuzeigen.

Doch nicht nur im Arbeitsleben, sondern auch im privaten Umfeld des Behinderten muss noch viel getan werden. So erklärt Herr Junghans, dass auch im nächsten Jahr trotz aller Sparzwänge in der Stadt Schwerin bei der Sucht- und Schuldnerberatung sowie bei der Unterstützung von Selbsthilfegruppen die Förderungen fortgeführt werden sollen. Immerhin leben in Schwerin nach Angaben des Behindertenbeirates mehr als 14.000 Menschen mit Behinderungen.

Wie viel kann die Stadt Schwerin wirklich tun ?

Zu hoffen sei, dass die behinderten Menschen in Schwerin nicht ganz in Vergessenheit geraten und im Abseits stehen müssen.

Marlies Thomas Steinert

Sozialpolitik für Behinderte

Interview mit Herrn Junghans, Beigeordneter mit dem Dezernat Kultur, Sport, Schule und Soziales.

Zur Person: "Ich bin mit zwei Geschwistern aufgewachsen. Mein Vater ist selbständiger Handwerksmeister. Meine Schwester ist von Beruf Bürokauffrau und mein Bruder Gas- und Wasserinstallateurmeister. Er ist gerade dabei den Betrieb meines Vaters zu übernehmen.



Nach der mittleren Reife lernte ich Tiefbaufacharbeiter und habe das Abitur auf dem Technischen Fachgymnasium gemacht. Nach dem Wehrdienst studierte ich Jura und war Rechtsreferendar mit dem Schwerpunkt Verwaltungsrecht, und auch fünf Jahre selbständiger Rechtsanwalt.

Parallel dazu habe ich immer aktiv Politik gemacht. Ich war 12 Jahre Mitglied in der Lübecker Bürgerschaft und bereits zuvor vier Jahre Ausschussmitglied. Ich habe schon 16 Jahre Kommunalpolitik hinter mir. Ich bin Jahrgang 65, geschieden und habe drei Kinder."

"Beigeordneter sein, ist das eine Pflicht, liegt das möglicherweise in Ihrer Kompetenz, oder war es ein persönliches Anliegen von Ihnen, in diesem Gremium mitzuwirken?"

Herr Junghans: "Sowohl als auch! Ich habe es mir zur Pflicht gemacht, mit allen möglichen Verbänden und Organisationen, die in der Stadt existieren, Kontakt zu halten. Das liegt aber auch daran, weil ich es als Berufung empfunden habe, mich um solche Belange zu kümmern. Da spielt eins ins andere. Persönliches Interesse hat dazu geführt, dass ich mich in diese Position begeben habe und wenn man diese Position bekleidet, muss man die damit verbundenen Pflichten auch wahrnehmen."

"Herr Junghans, wie sehen Sie die Entwicklung der Sozialpolitik für Behinderte in Schwerin?"

Herr Junghans: "Wir haben bislang eine ganz erfolgreiche Behindertenarbeit vorzuweisen. Das liegt daran, dass wir mit dem Behindertenbeirat sowohl auf politischer Ebene als auch mit den freien Trägern der Wohlfahrt relativ eng zusammenarbeiten. Immer im Dreiklang Beratung - Betreuung - Begleitung. Ich habe mir z. B. letzten Samstag das neu errichtete Wohnheim in der Bleicherstraße 1 angeschaut. Das ist im Land ein absolutes Novum. So etwas gibt es bisher in dieser Art und Weise noch nicht. Wir können also feststellen, dass wir auch in Zeiten knapper Kassen qualitative Fortschritte in der Behindertenarbeit machen."

"Welche Visionen haben Sie perspektivisch, sagen wir bis 2020 für die Behinderten Schwerins?"

Herr Junghans: "Also, Visionen für einen speziellen Bereich zu entwickeln, ist nicht ganz einfach. Aber das, was wir derzeit prüfen, ist, dass wir eine zentrale Anlaufstelle für behinderte Menschen schaffen wollen. Vielleicht ist es sinnvoll, nicht mehr eine Vielzahl von Beratungsstellen zu haben, die nebeneinander arbeiten, sondern diese zusammenfassen. Das dient insbesondere denjenigen, die Mehrfachbehinderungen haben. Diese Menschen müssen dann nicht mehr verschiedene Stellen ablaufen, sondern können sich an eine zentrale Behindertenberatungsstelle wenden. In Zeiten knapper Kassen ist es natürlich schwierig, Visionen zu entwickeln. Wir haben vergleichsweise recht hohe Pro-Kopf-Einwohnerausgaben im sozialpolitischen Bereich.

Gerade auch im Behindertenbereich liegen wir weit über dem, was andere Städte leisten.

"Was ergibt sich durch die Zusammenlegung von Beratungsstellen und durch die Umstrukturierung für die Behinderten?"

Herr Junghans: "Es gibt in der Stadt Schwerin ein breites Angebot im Bereich der sozialen Beratung. Eine Vernetzung bzw. Kooperation verschiedener Beratungsstellen sollte dann erfolgen, wenn bei der individuellen Beratung im Einzelfall verschiedene Probleme angesprochen werden.

Ein Beispiel: Ein Ratsuchender möchte Hilfe und Unterstützung zur Bewältigung seines Alltags. Im Gespräch stellt sich heraus, dass er ein Alkohol- und Finanzproblem hat. Mit Einverständnis des Ratsuchenden wird dann Kontakt mit einer spezifischen Beratungsstelle aufgenommen. Ziel könnte es sein, eine gemeinsame Servicestelle aller Rehabilitationsträger einzurichten. So entfallen für die Betroffenen Wege und Hilfe kommt ggf. aus einer Hand. Gleichzeitig werden Finanzen eingespart, sowohl für den Leistungsträger als auch für die Kommune.

"Worum geht es im europäischen Jahr der Behinderten - um Gleichstellung oder Besserstellung? Und was hat die Stadt dafür getan?"

Herr Junghans: "Wir haben das europäische Jahr der Behinderten - wohlgermerkt das europäische Jahr. Nicht jedes Land in Europa geht damit so sozial um wie Deutschland.

Also ich glaube, viele andere Länder haben da noch Nachholbedarf. Das heißt allerdings nicht, dass man nicht noch von anderen lernen kann, was man in Teilbereichen besser machen, was man noch ändern kann. Die skandinavischen Länder sind uns wohl in dem einen oder anderen Aspekt voraus. Deshalb lohnt es sich immer, auch zu gucken, was machen die anderen. Dazu gehört z. B. auch, dass wir ein Begegnungswochenende mit behinderten Menschen aus unseren Partnerstädten im Landschulheim Mueß

hatten. Im Januar fand auch eine Messe statt, die vom Oberbürgermeister im "Sieben-Seen-Center" eröffnet wurde. Dort konnte man sich einen guten Überblick über die Angebote verschaffen. Ich glaube nicht, dass wir es dabei belassen sollten, sondern wir wollen auch in Zukunft zusehen, dass wir den Austausch und die Information pflegen."

"Wer kümmert sich in Ihrem Verantwortungsbereich um die Bereitstellung von behindertengerechtem Wohnraum?"

Herr Junghans: "Das macht die Landeshauptstadt selbst nicht. Wohnraum für die behinderten Menschen wird über die Wohnungsgesellschaften und die freien Träger geschaffen. Diese sind auf so etwas spezialisiert und wir helfen lieber den freien Trägern, als selbst etwas zu versuchen, was wir nicht so gut hinbekommen."

"Wer bemüht sich seitens der Stadtverwaltung um behindertengerechte öffentliche Toiletten?"

Herr Junghans: "Die Abteilung Abfallwirtschaft ist seitens der Stadtverwaltung zuständig für öffentliche Toiletten und damit auch für die behindertengerechten öffentlichen Toiletten. Man geht davon aus, dass die in der Stadt vorhandenen drei City-Toiletten - rollstuhlgerecht - am Schlachtermarkt, Platz der Freiheit und Berliner Platz, um eine weitere am Südufer des Pfaffenteiches erweitert werden und somit ausreichende Kapazitäten vorhanden sind. Im Zusammenhang mit der BUGA soll noch eine Veränderung am Jägerweg erfolgen.

"Welche Wünsche haben Sie persönlich im europäischen Jahr für Behinderte für die Betroffenen?"

Herr Junghans: "Ich hätte da eine große Bitte. Eine aktive Zusammenarbeit auf eine angenehme Art ist mir wichtig. Sich hinzustellen und lauthals zu fordern, bringt nichts. Besser ist es, in Ruhe gemeinsam Möglichkeiten zu finden. Neu ist der Arbeitskreis "Barrierefreie Stadt" unter Mitwirkung von Betroffenen. Sie wissen, dass die Frau Brill Mitglied der Stadtvertretung ist. Das ist eine ganz wichtige

Angelegenheit, dass man einen direkt Betroffenen gleich dabei hat. Und ich habe Frau Brill schon des öfteren erlebt, sowohl in der Stadtvertretung als auch im Sozialausschuss, wo sie ganz wertvolle Beiträge geliefert hat. Dinge, wo die Verwaltung sich dann auch ganz gut darauf einlassen konnte. Und ich glaube, das ist vielleicht auch das Beste, wenn Betroffene direkt in den politischen Gremien sitzen. Das klappt ganz hervorragend und ich würde mir wünschen, dass dies so bleibt."

"Können Sie noch zur KISS - der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen etwas sagen? Es gibt viele Organisationen, um die Behindertenarbeit zu realisieren und es gibt dafür eine Reihe positiver Beispiele. Ich bin der Meinung, dass die Behinderten betreffend die KISS eine ganz spezielle Arbeit zu leisten hat und von ihr auch erbracht wird. Einige Mitglieder unserer Selbsthilfegruppen haben ja nicht nur ein Handicap, sondern z. T. Mehrfachbehinderungen. Diese Menschen werden alle in der KISS betreut und umsorgt."

Herr Junghans: "Vielleicht hake ich da gleich noch einmal nach. Die Selbsthilfegruppen sind meiner Ansicht nach ein ganz besonders wichtiges Instrument in der Behindertenarbeit. Weil Selbsthilfe eigentlich das ist, was wir brauchen. Selbsthilfe ist effektiver und meist auch kostengünstiger. Ich habe z. B. auch eine Nahrungsmittelallergie, wo mein Arzt mir sagte, dass er auch nicht weiter wüsste. Er würde mir raten, mich mit einer Selbsthilfegruppe in Verbindung zu setzen. Und siehe da, das erste Gespräch hat auch gleich etwas gebracht.

Die Selbsthilfegruppen sind auf bestimmte Gebiete spezialisiert und können einem manch praktischen Hinweis geben, den ein Nichtbetroffener gar nicht parat hat. Was man dort in Erfahrung bringt, ist oftmals besser als die Hinweise von medizinischem Personal. Deshalb glaube ich, dass Selbsthilfegruppen in diesem Bereich ganz wichtige Aufgaben zukommen. Vielleicht kann man das sogar in dem einen oder anderen Bereich noch ausbauen."

*Wir danken für die ausführlichen Informationen.
Dieses Interview führten für Sie Angret Möller
und Jens-Peter Dreyer*

1. FACHLAIENKONGRESS FÜR KREBSKRANKE MENSCHEN AUS NORDWEST - MECKLENBURG 17. / 18. JANUAR 2004 IN DER OSTSEEKLINIK KÜHLUNGSBORN

Seminarort: 18225 Ostseebad Kühlungsborn, Waldweg 51,
Zeit: Samstag 10.00 Uhr bis Sonntag nach dem Mittagessen

Teilnahmebeitrag inklusive Unterbringung in der Klinik und Vollverpflegung: 46,00 Euro

Tagesgebühr ohne Übernachtung und Abendprogramm: 15.00 Euro

Nachmeldungen sind bis zum 06.01.2004 möglich

Teilnahmekapazität: 100 Personen

Anmeldung unter: 0385 3924333

Weihnachten - Zeit der Wünsche!

Ich wünsche dir nicht alle möglichen Gaben.
Ich wünsche dir nur, was die meisten nicht haben:
Ich wünsche dir Zeit, dich zu freuen und zu lachen,
und wenn du sie nützt, kannst du etwas draus machen.

Ich wünsche dir Zeit für dein Tun und dein Denken,
nicht für dich selbst, sondern auch zum Verschenken.
Ich wünsche dir Zeit, nicht zum Hasten und Rennen,
sondern die Zeit zum Zufriedenseinkönnen.

Ich wünsche dir Zeit, nicht nur so zum Vertreiben.
Ich wünsche, sie möge dir übrigbleiben
als Zeit für das Staunen und Zeit für Vertrauen,
anstatt nach der Zeit auf der Uhr nur zu schau.

Ich wünsche dir Zeit, nach den Sternen zu greifen,
und Zeit um zu wachsen, das heißt um zu reifen.
Ich wünsche dir Zeit, neu zu hoffen, zu lieben.
Es hat keinen Sinn, diese Zeit zu verschieben.

Ich wünsche dir Zeit, zu dir selber zu finden,
jeden Tag, jede Stunde als Glück zu empfinden.
Ich wünsche dir Zeit, auch um Schuld zu vergeben.
Ich wünsche dir: Zeit zu haben zum Leben.

Elli Michle

Das Europäische Jahr der Behinderten - Ein Wochenende im Landschulheim Mueß

Es war ja ein ganzes Wochenende vom 11. bis 12. Oktober 2003 im Landschulheim Mueß. Ich war am Samstag, den 11. Oktober, von morgens bis spät nachmittags anwesend. Morgens hat Herr Dr. Jähme, Vorstandsvorsitzender der KISS, ein Referat zur Selbsthilfe in Schwerin gehalten.

Es gibt tausend Krankheiten, aber nur eine Gesundheit.

sprichwörtlich

Darin kam u. a. zum Ausdruck, dass es in Europa 38 Millionen Behinderte gibt - fast jeder zehnte EU-Bürger ist behindert. Ziel des Europäischen Jahres ist die Stärkung der Rechte der Behinderten. *„Derzeit engagieren sich im Bundesgebiet ca. drei Millionen Menschen in über 100 000 Selbsthilfegruppen und -initiativen. Bundesweit gab es 1995 bereits 160 Kontaktstellen. In MV gibt es 900 Selbsthilfegruppen mit 50 000 Menschen in unserer Region“*, so Dr. Jähme.

Es wurde viel über die Anfänge der Selbsthilfe in Schwerin gesprochen, doch dazu gab es ja in der letzten Ausgabe bereits einen Artikel.

Im Anschluß stellte sich die Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V. Gruppe Schwerin vor. Die Gruppe ist sehr aktiv und feiert im März des Jahres 2004 ihr 5jähriges Bestehen. Vera Hebecker, die leider im letzten Jahr von uns gegangen ist, begann mit ihrer Arbeit sehr bescheiden. Waren es anfangs nur einzelne Betroffene die Hilfe zur Selbsthilfe suchten, so sind es heute über 100 Mitglieder. Gerade in der Kombination von Selbsthilfe und Rehabilitation liegt wohl das Geheimnis ihres Erfolges. Heide Kreft, die heutige Sprecherin der Gruppe hob hervor, dass ihre Angebote gerade auch für Neubetroffene sehr wichtig seien.

Weiterhin haben sich die Arbeitsgruppen „Selbsthilfe im Alltag“, „Selbsthilfe in der Freizeit“ und „Selbsthilfe-Mitwirkung“ vorgestellt. Ich habe mich für die erste Arbeitsgruppe entschieden. Wir saßen dann mit einer Gruppe aus Tallin zusammen und so kam es, dass wir über deutsche und estnische Behin-

derntenpolitik sprachen. Interessant war, dass es in Estland schon seit über 140 Jahren Schulen und Einrichtungen für psychisch Kranke gibt. Für Blinde und Gehörlose gibt es solche erst nach dem Ende der SU. Vorgestellt wurde des weiteren ein interessantes Modell aus Niedersachsen: In einer Stadt werden Behindertenarbeitsplätze mit der Pflegestufe III bezuschusst (Kostenpunkt: 10 000 Euro).



Nach dem Mittagessen hatten wir die Möglichkeit, uns sportlich zu betätigen. Rollstuhltennis, Dart, Volleyball und Schach waren im Angebot. Wir haben dann mit Mühe und Not zwei Teams beim Volleyball zusammenbekommen und brauchten fünf Sätze, um einen Sieger zu ermitteln. Aber es hat viel Spaß gemacht. Sehr schön war auch der "GONG", den ein Musikpädagoge aus Brüel aufstellte. Man musste sich mit dem Rücken ganz nahe heran stellen ohne ihn zu berühren. Nach dem Schlag vibrierte der "GONG" und es fühlte sich so an, als gäbe es gerade eine schöne Massage, die etwa 10 - 15 min dauerte. Nach dem Abendbrot gab es ein kleines Kulturprogramm, so z. B. Musik mit dem "GONG" und danach konnte man Abtanzen.

Am Sonntagabend rundete dann noch ein schöner Theaterbesuch das Wochenende für uns und unsere europäischen Gäste ab.

Norbert Lanfersiek

Selbsthilferelevante Beratungsstellen für Behinderte in Schwerin

Behindertenverband Schwerin e.V.

Max-Planck-Str. 9a, 19063 Schwerin
Telefon: 0385 / 2011048,
Fax: 0385/ 2075246,
E-Mail: beh.verb-schwerin.ev@web.de



Ansprechpartnerin:

Hannelore Schreibe, Leiterin der Beratungsstelle,
Sozialberaterin/Sozialpädagogin

Beratungsstelle:

Beratungsbereich - Allgemeine Sozialberatung,
Behindertenberatung

Die Beratungsstelle erfüllt Informations-, Aufklärungs- und Beratungsaufgaben. Sie ist grundsätzlich kostenfrei und offen für alle Menschen, die Hilfe und Unterstützung suchen, insbesondere aber für Menschen mit körperlichen Behinderungen und Senioren deutscher und nichtdeutscher Nationalitäten.

Angebote:

Wir beraten Sie bei der Beantragung eines Schwerbehindertenausweises, zum Merkzeichen (Schwerbehindertenausweis), zur Berechtigungskarte des Behindertenfahrdienstes, bei der Schaffung von roll-

stuhlgerechtem Wohnraum und "Betreutes Wohnen". Darüber hinaus unterstützen wir Sie bei der Beschaffung von Hilfsmitteln, bei der Formulierung von Anträgen, bei der Pflegeversicherung, beim Erstellen einer Vorsorgevollmacht, beim Besorgen eines behindertengerechten Fahrzeuges.

Weiterhin unterbreiten wir Urlaubsangebote für behinderte Menschen und Angebote des Behindertensportes in der Landeshauptstadt Schwerin.

Informationen über Angebote des Behindertenverbandes Schwerin e.V.:

ZIVI-Fahrdienst, hauswirtschaftliche Hilfen, stationärer Mittagstisch, Zirkelangebote in der Begegnungsstätte für behinderte und nichtbehinderte Menschen deutscher und nichtdeutscher Nationalität wie z. B. Gedächtnistraining, Spielgruppe, Bewegungstherapie, kreative Schreibwerkstatt, Tanztherapie, Schwimmgruppe, Akkordeongruppe.

Eine Selbsthilfegruppe für Eltern mit behinderten Kindern ist in Gründung.

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag 9.00 bis 15.00 Uhr
Mittwoch 14.00 bis 19.00 Uhr
Freitag 09.00 bis 14.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung.

Diakoniewerk Neues Ufer gGmbH

Kontakt- und Beratungsstelle
für Menschen mit Behinderungen
Taubenstr. 19, 19055 Schwerin

Ansprechpartnerinnen:

Helga Treutler
Telefon: 0385/ 5932079
Constanze Herold, Bärbel Crull
Telefon: 0385/ 561460 oder
E-Mail: diakonie.neues-ufer.handicap@t-online.de
Die Kontaktstelle ist offen für alle Menschen, deren Behinderung problematisch ist.

Die Mitarbeiterinnen

- bieten Hilfe und Unterstützung an, auf dem Weg zu einem selbstbestimmten Leben
- beraten und unterstützen bei der Bewältigung von Krisensituationen



- beschaffen oder vermitteln alle relevanten Informationen im Zusammenhang mit dem individuellen Problem eines/r jeden Besuchers/in
- bieten Gemeinschaft an, um behindertenbedingte Isolation möglichst zu vermeiden
- suchen ehrenamtliche Personen mit sozialem Engagement

Die Ziele der Arbeit

- Unterstützung von Menschen mit unterschiedlichen Handicaps bzw. Beeinträchtigungen
- Entdecken und Stärken der Kompetenzen und Möglichkeiten, die jeder Mensch hat
- Beratung und Begleitung auch von Angehörigen in schwierigen Situationen
- selbstbestimmtes Leben der Menschen mit Handicap im Zeichen von Annahme und Akzeptanz
- Begleitung und Unterstützung von Ehrenamtler/innen

Das Leistungsprofil der Beratungsstelle:

Kompetente Beratung - hier hört man Ihnen zu, hier bekommen Sie wichtige Informationen und was wir nicht wissen, bringen wir für Sie in Erfahrung. Wir kommen auch zu Ihnen nach Hause, wenn es nicht anders geht. Wir bieten Ihnen Begegnungsmöglichkeiten in verschiedenen Gruppen, die zum Teil ökumenisch arbeiten und sich ein bis zweimal monatlich treffen, Gruppentreffen mit thematischen Angeboten und solchen, in denen es um Spaß und Spiel geht, im Initiativkreis, der sich besonders für Barrierefreiheit in Schwerin einsetzt, auf Ausflügen für Menschen mit Handicap, auf einwöchigen Freizeiten und regelmäßigen Gruppentreffen.

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 9.00 bis 12.00 Uhr nachmittags nach Vereinbarung

MEDIANSI Theatergruppe, Treff: Dienstag von 17.00-19.00 Uhr zur Probe in der Montessori-Schule

Ökumenischer Kreis von Diakonie und Caritas:

Die Großen Treffen: Jeden 4. Sonnabend im Monat von 14.30-17.00 Uhr treffen sich Menschen mit Handicap und Freunde. I.d.R. finden die Treffen in der Petrusgemeinde, Ziolkowski Str. 17, statt.

Die Zeitoase: Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat von 17.00-19.00 Uhr treffen sich Menschen mit Handicap und Freunde im Gemeindezentrum der Kath. St.Andreas Kirche G.-Galilei-Str. 22

Der Ökumenische Initiativkreis für Menschen mit Handicap trifft sich jeden 1. und 3. Freitag von 10.00-13.00 Uhr im Haus der Caritas in der Klosterstraße 24, um sich für die Belange von Menschen mit Behinderung in Schwerin einzusetzen.

Caritas Kreisverband

Klosterstr. 24,
19053 Schwerin

Kontakt- und Ansprechpartnerin:

Renate Fuchs
Tel.: 0385/ 59169-0
Fax: 0385/ 59169-23

Wir arbeiten in drei Bereichen:**Ambulante Beratung:**

Wir verstehen uns als anwaltschaftliche Vertreter für Menschen mit Behinderung, deren Angehörigen und Freunden. Wir beraten und begleiten.

Familien entlastender Dienst (FED):

Der FED ist darauf gerichtet, die Angehörigen von Menschen mit körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderungen zu entlasten, die Pflegebereitschaft der betroffenen Familien zu erhalten bzw. zu motivieren, Hilfen zur Selbsthilfe zu geben, um durch die Gesamtheit dieses Engagements stationäre Unterbringung zu vermeiden.

Assistenz im eigenen Wohnraum für Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen**Zielgruppe:**

Die Assistenz ist gedacht für volljährige Personen, die durch Unfall, Krankheit oder von Geburt an kör-

perlich beeinträchtigt sind und ein weitgehend selbst gestaltetes Leben führen wollen, dafür zeitweise oder auf Dauer Unterstützung in Form von Begleitung, Beratung, Vermittlung brauchen.

Wohnform:

Die Assistenz kann in jeder möglichen, individuellen Wohnform stattfinden: Einzelwohnen, Wohnen als Paar oder in einer Wohngemeinschaft.

Leistungen:

Die Assistenz umfasst Begleitung, Beratung und anwaltschaftliche Vertretung in folgenden Bereichen:

- bei der Sicherung der existentiellen Lebensgrundlage
- beim Wohnen
- bei der individuelle Lebensführung
- bei der soziale Integration
- bei Arbeit / Beruf / Bildung

Öffnungszeiten:

Montag bis Mittwoch 8.30 bis 16.00 Uhr
Donnerstag 8.30 bis 18.00 Uhr
Freitag 8.30 bis 14.00 Uhr
und nach Vereinbarung.

Angehörigenarbeit - Gespräch mit Herrn Leupold

Die vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Angehörigen behinderter Menschen ist Voraussetzung für den erfolgreichen Verlauf der beruflichen, ja für jegliche Form der Rehabilitation. Eltern, Ehegatten, Familie und auch Freunde bieten einen elementaren Rückhalt im gesamten Prozess der Rehabilitation, deren Ziele sich ohne entsprechende Unterstützung nur schwer erreichen lassen.

Die Angehörigen sind von den maßgeblichen Instanzen bei allen relevanten Fragen und Entscheidungen einzubeziehen. Einer, der über das alles bestens Bescheid weiß und den wir heute dazu befragen wollen, ist Herr Rainer Leupold, Ehemann und damit Angehöriger einer mehrfachbehinderten Frau.

Was hat zur Behinderung Ihrer Frau geführt?

Meine Frau hat vor achtzehn Jahren einen Schlaganfall erlitten. Trotz erfolgter Rehabilitation hat sie infolgedessen eine Störung im Sprachzentrum und eine Gehbehinderung davongetragen. Sie war von einem Tag auf den anderen auf fremde Hilfe angewiesen.

Wie haben Sie diesen Schicksalsschlag verkraftet?

Zuerst wollten wir das alles nicht akzeptieren und hatten die Hoffnung, dass wir durch an- und ausdauerndes Üben alles in den Griff bekommen und das alles wieder so wird, wie es vor dem Schlaganfall war.

Wir haben uns beide extrem unter Druck gesetzt und wie besessen von früh bis abends geübt. Ein Freund der Familie, welcher auf dem Gebiet Psychiatrie und Neurologie tätig war, hat uns dann zur Seite genommen und uns schonungslos aufgeklärt. Wir sollten den Zustand als gegeben hinnehmen und das Beste für uns beide daraus machen.

Nach diesem Gespräch gab es viele Tränen, vor allem bei meiner Frau. Sie hatte das alles wohl geahnt und nun bestätigt bekommen. Der Tränenfluss brachte dann aber auch die Befreiung von dem ungeheuren Druck.

Wie haben Sie Pflege, Beruf und Familie und alles andere unter einen Hut bekommen?

Das war natürlich ein langer Lernprozess. Vor allem mussten wir beide erst einmal ausprobieren, inwieweit meine Frau Hilfe braucht und diese auch zulässt und wo sie ohne meine Unterstützung zurecht kommt. So etwas geht nicht von heute auf morgen. Aber ich war in der glücklichen Lage, dass ich Berufliches mit Privatem mischen und gut organisieren konnte. Zunächst habe ich meine Frau im Wechsel mit meiner Schwiegermutter, später dann allein betreut. Zur Pflege der Seele kam dann öfter mal eine weibliche Person als Gesellschafterin vorbei.

Was hat sich für Sie als Angehöriger verändert?

Viele Bekannte und auch Freunde haben sich zurückgezogen, weil sie vermutlich nicht mit dem Leid und dem Handicap eines Menschen umgehen können. Aber ansonsten leben wir, lebe ich viel intensiver. Ich bin seither wesentlich sensibler geworden, schaue genauer hin und sehe die Menschen auch mit anderen Augen. Ich denke über viele Dinge nach, die mir vorher gar nicht aufgefallen wären.

Vermissen Sie etwas oder haben Sie Wünsche?

Natürlich würde ich gern mit meiner Frau Rad fahren, wandern oder auch mal in die Pilze gehen. Das geht leider nicht. Aber davon hängt die Seligkeit nicht ab. Wir unternehmen viel gemeinsam, gehen z. B. ins Theater, besuchen Konzerte, Sportveranstaltungen und reisen sehr viel. Außerdem haben wir einen großen Garten.

Was bedeutet für Sie die Angehörigenarbeit?

Als Angehöriger eines behinderten Menschen bin ich mit dem Verlauf der Behinderung eng vertraut und an der Rehabilitation umfassend selbstbeteiligt (angefangen von häuslicher Betreuung bis zu Fahrdiensten, Antragstellung etc.). Ich weiß also auch, welche Rolle dabei der Kontinuität zukommt und dass ich meiner Frau sozialen, emotionalen und materiellen Rückhalt gebe. Besonders wichtig sind

Termine der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen

mir dabei die Zusammenkünfte in den einzelnen Gruppen und Organisationen, z. B. beim Behindertenverband oder der KISS - der Gruppe der Aphasiker und der Schlaganfallgruppe. Da treffen sich Betroffene und deren Angehörige, weil die meisten ohne deren Hilfe nicht an Veranstaltungen teilnehmen könnten. Man kann gemeinsam Erfahrungen austauschen, Probleme besprechen, sich gegenseitig Hilfe leisten. Oft geht es auch um die Durchsetzung von Ansprüchen und damit verbundene rechtliche Probleme, die mitunter nur mittels des Sozialgerichts einzufordern sind.

In der Gemeinschaft sind wir gut aufgehoben, sind nicht isoliert und das Leben ist auch dadurch für meine Frau, als Behinderte, und für mich erträglicher.

Dieses Gespräch führte für Sie Bärbel Mursch

*Wir glauben Erfahrungen zu machen,
aber die Erfahrungen machen uns.*

Eugene Ionesco

Gender - Gleichberechtigung auf allen Ebenen

Verbrieftes Ziel im Europäischen Jahr der Menschen mit Behinderungen ist die Gleichstellung aller Menschen, darin eingeschlossen ist dann selbstverständlich auch die Gleichberechtigung von Frau und Mann. Die Umsetzung dieser Maxime ist aber gerade im Bereich der Menschen mit Behinderungen äußerst schwer umsetzbar, da oftmals geschlechtsspezifische Bedürfnisse gar nicht erkannt werden. So bleiben oftmals die Angehörigen von Schwersterkrankten oder Behinderten völlig isoliert in den häuslichen Wänden. Möglicherweise könnte eine Selbsthilfegruppe hier Unterstützung bieten - nur wer kümmert sich um den/die bettlägerige/n Partner/in. Hier ist zukünftig Handlungsbedarf notwendig. Barrierefreies Leben fängt in den Köpfen an! Lassen Sie uns gemeinsam das Gleichstellungsgesetz in den Alltag umsetzen. Dazu brauchen wir gegenseitige Akzeptanz, Nächstenliebe und Verständnis.

Ihre Silke Gajek

Die **Rheumaliga** bietet ab 05.02.2004 jeweils am ersten Donnerstag im Monat von 14.00-16.00 Uhr in der KISS die Möglichkeit, eine telefonische oder persönliche Beratung in Anspruch zu nehmen.

Die SHG "**Fibromyalgie**" (Weichteilrheuma) lädt zum **Tag der Offenen Tür** am Mittwoch, den 18.02.2004, in der Kontaktstelle, Anne-Frank-Str. 31, mit einem Arztvortrag und anschließendem Arzt-Patientengespräch ein

Die Gesprächsrunde der "**SHG Zöliakie**" trifft sich am 17.03.2004, um 17.30 Uhr im Klinikum Schwerin bei Dr. Clemens und am 03.04.2004, um 13.30 Uhr zum Backtag in der AOK, Am Grünen Tal 50.

"Menschen im reformierten Sozialstaat - Zukunft und Rolle der Selbsthilfe"

Die Friedrich-Ebert-Stiftung lädt in Zusammenarbeit mit der LAG Selbsthilfekontaktstellen MV zu einer Konferenz am 14.04.2004 von 10.30-19.00 Uhr in das Schweriner Haus der Kultur, Arsenalstraße 8, ein. Interessenten/innen melden sich bitte bis zum 09.04.2004 bei der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Schwerin an.

Die **Wassergymnastik für Rheumatiker** findet jeweils mittwochs von 14.00-14.45 Uhr und 14.45-15.30 Uhr in der Schwimmhalle auf dem Großen Dreesch statt.

Die SHG "**Auftanken**" trifft sich wöchentlich seit November montags bereits um 14.30 Uhr in der KISS.

Die SHG "**Borderline**" trifft sich seit November vierzehntägig mittwochs um 18.00 Uhr in den geraden Wochen in der KISS. In Absprache mit der Gruppe melden sich Interessierte bitte vorher unter der 0385/3924333.

Die SHG "**Bandscheibengeschädigte**" besucht das Ambulante Rehasentrum zur Trockengymnastik am 20.01. und 03.02.2004, jeweils um 15.00 Uhr. Interessierte Betroffene melden sich bitte unter 0385/3924333 an.

Die SHG "**Chronische Schmerzen**" bietet am 07.01. und 21.01.2004, jeweils um 10.00 Uhr, im Ambulanten Rehasentrum, Wuppertaler Str. 38a, eine Trockengymnastik an. Interessenten melden sich bitte unter 0385/3924333 an.

“Barrierefreiheit beginnt im Kopf!”

Gedanken einer Betroffenen

Mein Name ist Renate Zahrndt. Ich bin 52 Jahre alt, alleinstehend und lebe seit mehr als 30 Jahren in Schwerin.

Aufgrund eines erblich bedingten Muskelschwundes benutze ich außerhalb der Häuslichkeit einen Elektrorollstuhl. Bislang ist von dieser Krankheit nur der Gen-Ort bekannt, demzufolge ist auch keine Therapie möglich, um den fortschreitenden Muskelverfall aufzuhalten. Ich denke aber, da ich von Kindheit an mit der Behinderung umgehen lernen musste, meine Lebenssituation recht gut zu meistern. Es ist eben nicht jeder Tag ein "Sonntag"!

Die momentanen Diskussionen bezüglich der Gesundheitsreform verunsichern mich schon sehr. Ich glaube, sie werden neben dem Fortschreiten der Erkrankung zu einer noch weiteren Verschlechterung der Lebensqualität führen.

Wie ich zur Selbsthilfe gekommen bin? Bereits zu DDR-Zeiten gab es neben einem Treffpunkt der Schweriner Stadtmission einen "Club der Behinderten" für Menschen mit einem Handicap. Nach 1989 erfuhr ich über eine Landesgruppe der Deutschen Gesellschaft für Muskelkranke e.V, Sitz in Hamburg, über die Möglichkeit von krankheitsspezifischen Selbsthilfegruppen. Auch wenn ich schon früher gut über mein Krankheitsbild informiert war, nicht zuletzt durch meine mehr als 20jährige Tätigkeit als Arztsekretärin in der Schweriner Nervenklinik bis 1991, halte ich trotzdem die Zusammenkünfte von Gleichbetroffenen für sehr wichtig. Seit drei Jahren bin ich deshalb Kontaktperson der Deutschen Gesellschaft für Muskelkranke e.V. für den "Großraum" Schwerin bis hin an die schleswigholsteinische Landesgrenze. Der Kontakt zu Betroffenen um zu beraten oder Hilfe zu leisten, ist meist nur telefonisch möglich. Zusammenkünfte scheitern sehr oft an den fehlenden finanziellen Mitteln. Muskelkranke sind vielfach auf spezielle Fahrzeuge angewiesen, die für sie nicht bezahlbar sind. Fazit: Selbsthilfe kann nur der in Anspruch nehmen, der über die notwendigen geldlichen Voraussetzungen verfügt!!!

Viel höre ich von Erleichterungen für behinderte Menschen, so die Vision in einem Interview von unserem jetzigen Sozialdezernenten Herrn Junghans. Er strebt nur eine Beratungsstelle für die Stadt

Schwerin an. Bei der Vielfältigkeit der Belange wie z.B. Krankenkassen, Arbeit, Wohnraum, Pflege stellt sich mir die Frage der Kompetenz. Ich denke, der Spargedanke ist hier allzu gegenwärtig. Ein ganz wichtiger Aspekt



ist in diesem Zusammenhang auch die "Unabhängigkeit" der Betreuungsmechanismen. Sie sollen doch die Interessen der Menschen mit Handicap wahrnehmen und nicht zum Interessenvertreter ihrer eigenen Institution werden, wie eventuell Gesundheits- und Sozialamt. Gezeigt hat uns dies ganz deutlich die Einrichtung von sogenannten "Servicestellen". Wie heißt es so schön: Barrierefreiheit beginnt im Kopf! In die Tat umgesetzt hat sie der Schweriner Nahverkehr mit der Anschaffung der Niederflurstraßenbahnen und der Gestaltung der Haltestellen. Auch die in der letzten Zeit durch Erneuerung entstandenen Fußwege sind gut mit Rollstuhl zu befahren. Ich hoffe es klappt weiterhin so gut.

Mehr Aufmerksamkeit muss dem Wohnraum für Menschen mit Handicap geschenkt werden. Bei dem momentan hohen Leerstand an Wohnungen müsste es doch bei einem bisschen guten Willen der dafür Verantwortlichen möglich sein, dieser Personengruppe entsprechenden und außerdem bezahlbaren Wohnraum zur Verfügung zu stellen. In meiner als rollstuhlgerecht gebauten Wohnung fällt ein Rollifahrer aus dem Rolli, wenn er eine Steckdose benutzen möchte. Nur ein kleiner Teil der Küchenmöbel kann benutzt werden, da sie zu hoch angebracht wurden. Diese Liste der Mängel ließe sich beliebig fortsetzen. In diesem Bereich fehlt völlig die Kontrolle, ob Vorschriften auch umgesetzt werden. Es kann doch nicht sein, dass mehr als 10 Menschen mit Handicap in den letzten Jahren unsere ansonsten so schöne Stadt Schwerin in Ermangelung einer ihrer Behinderung entsprechenden Wohnung verlassen haben.

Behinderung, Integration und Selbsthilfe

Dies sind die drei tragenden Säulen bei der Unterstützung behinderter Menschen. Für Betroffene ist eine unmittelbare menschliche Bindung von größter Bedeutung. Ausgehend von den bisherigen Erfahrungen wurde das Konzept einer Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen als "eigenständiger Fachdienst" entwickelt. Alle Interessierten - Betroffene wie Fachleute - finden themenübergreifend Informationen und Beratung in Sachen Selbsthilfe. Durch die Aktivitäten der Selbsthilfe werden Patienten kompetenter und besser befähigt, Mitverantwortung zu übernehmen.

Im August 2002 wurde ein Entwurf für eine integrationsorientierte Gesundheitspolitik vorgelegt und zwar aus der Sicht chronisch Kranker und behinderter Menschen. Ausgangspunkt ist das SGB IX. Hier werden die Grundprinzipien für die gesellschaftliche Teilhabe und die Selbstbestimmung chronisch Kranker und behinderter Menschen gesichert. Die medizinische Rehabilitation ist darin ein künftiger Kernbereich. Richtungsweisend sind die Regelungen des SGB IX, z. B. bezogen auf das Zusammenwirken mit den Rehabilitations-Trägern.

Im Allgemeinen sind zur hausärztlichen Versorgung qualifizierte Ärzte zugelassen. Für chronisch Kranke und behinderte Menschen im Besonderen sollte diese Betreuung durch Fachärzte erfolgen.

Sucht ist nach neueren Erkenntnissen als Krankheit einzuordnen. Damit rückt die Integration Behinderter, eine naheliegende Art der Hilfe, in ein ganz anderes Licht. Für suchtkranke Menschen ist die Hilfe eines der Fachgebiete, in dem sich die Zuordnungsfrage im besonderen Maße stellt. Einen Großteil der Hilfe leistet hierbei die Selbsthilfegruppe. Dort geben Mitglieder, die sich schon längere Zeit in der Selbsthilfe engagieren, den "Neuen" Hinweise zur Sozialhilfe, Tipps bei der Wohnungssuche und Unterstützung bei der Überwindung sozialer Probleme.

Hier kommt es immer darauf an, ob im Einzelfall

- besondere Lebensumstände/Verhältnisse vorliegen oder einzutreten drohen,
- diese mit sozialen Problemen verbunden sind oder
- Betroffene nicht fähig sind, diese besondere Lebenslage aus eigenen Kräften zu überwinden.

Es gibt auch suchtkranke Menschen, die sich in einer Notlage befinden und Hilfe brauchen, die mit den "klassischen Mitteln" der Suchtkrankenhilfe nicht abgedeckt werden kann. Es ist aber rechtlich möglich, den Gesamtbedarf durch Kombination verschiedener Maßnahmen der Hilfen nach § 39 BSHG (Bundessozialhilfegesetz) und § 72 BSHG zu decken. Es wurde festgestellt: Selbsthilfe hat in den vergangenen Jahrzehnten dazu beigetragen, dass einzelne Menschen mit Krankheiten und Krisen besser fertig werden konnten. Schließlich geht es dabei um Einflussnahme auf die gesundheitliche Versorgung. Diese Einflussnahme erfolgt auf drei Ebenen:

1. in der Beziehung des Behinderten in Hinsicht auf seine Erkrankung
2. auf die Beziehung zu den Kontaktpersonen, z.B. der Selbsthilfegruppe, den Angehörigen, dem Arzt, Therapeuten usw.
3. auf die Beziehung zu den entsprechenden Ämtern/Versorgungssystemen.

Die Selbsthilfe wird nicht zuletzt von der eigenen Unzufriedenheit mit dem momentanen Zustand oder dem Protest gegen die eine oder andere Entscheidung angetrieben, sondern sie wird auch von dem Bedürfnis nach Lebensqualität und Menschlichkeit als Auswuchs eines reformbedürftigen Gesundheitssystems geprägt.

Quelle: DCCV-Journal "Bauchredner" und Partnermagazin "Freundeskreis"

Jens-Peter Dreyer



**REGENBOGEN
APOTHEKE**

Helga Braun
Apothekerin

Hamburger Allee 140 E
Tel.: 0385 / 2002251 Fax: 0385 / 2002252
Regenbogen-Apotheke-Schwerin@t-online.de

Ihre kompetente Ansprechpartnerin für
pharmazeutische Beratung
(auch Vorträge)

Stärkere Lobby für behinderte Frauen

Fünf Jahre lang hat der Verein "Weibernetz" ehrenamtlich für die Belange der bundesweit rund vier Millionen behinderten Frauen gekämpft. Jetzt bekommen sie für die drei kommenden Jahre vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend ein Modellprojekt finanziert. Wir halten das Anliegen dieses Vereines für so wichtig, dass wir Ihnen im Folgenden einige Positionen vorstellen möchten, da es so eine Vereinigung bei uns im Land nicht gibt.

Das jetzt dreiköpfige Team versteht ihre Aufgaben wie folgt: "Wir wollen behinderte Frauen über ihre Rechte informieren, beraten und stärken, damit sie Mut bekommen, selbstbewusst für ihre Interessen einzutreten". Nun werden einige meinen, reicht nicht eine Interessenvertretung für alle Behinderten. Das "Weibernetz" weiß aus eigener Erfahrung um die zweifache Benachteiligung behinderter Frauen: Sie "(...) werden oft als Behinderte gesehen, die nur nebenbei weiblich sind.". Wie wenig der geschlechtsspezifische Aspekt auch im Europäischen Jahr der Menschen mit Behinderung thematisiert wird, läßt sich aus der Erfahrung des "Weibernetzes" ableiten: Nach wie vor findet die unterschiedliche Teilhabe behinderter Frauen und Männer selbst in der Frauen- und Behindertenpolitik zu wenig Beachtung.

Daraus ableitend will die Interessenvertretung, die ihren Sitz im Zentrum für selbstbestimmtes Leben (ZsL) in Kassel hat, aus dem Blickwinkel behinderter Frauen öffentlich Stellung beziehen: Mehr als genug Anlass geben beispielsweise die verabschiedeten Eckpunkte der Gesundheitsreform. Ein Beispiel: "Wenn das Krankengeld wegfällt und die Patientinnen und Patienten selbst mehr zahlen müssen, wird dies alle chronisch kranken und behinderten Menschen treffen. Besonders hart wird das aber für behinderte Frauen sein, denn die haben durchschnittlich wesentlich weniger Geld zur Verfügung als behinderte Männer." Hier wird die nach wie vor existierende Ungleichheit deutlich. In diesem Bereich sollte die Politik des gender mainstreaming weiter vorangebracht werden. In diesem Zusammenhang sollte nicht unerwähnt

bleiben, dass insbesondere behinderte Mütter um Akzeptanz und vor allem um ihre Existenz kämpfen. "Im Gegensatz zu nichtbehinderten Frauen werden Frauen mit Behinderung häufig das Recht auf eigene Kinder abgesprochen. Und auf dem Arbeitsmarkt seien die Chancen behinderter Frauen begrenzt - nur knapp 20 Prozent der behinderten Frauen in Hessen seien erwerbstätig." Ähnlich, wenn nicht so gar noch gravierend schlechter sieht die Situation in Mecklenburg-Vorpommern für die 210.000 Behinderten aus, da wir eine hohe Arbeitslosenquote haben. Des weiteren gibt es bis heute noch keine Gesetzesvorlage zum Gleichstellungsgesetz auf Landesebene.



Ein bislang noch immer tabuisiertes und ausgeblendetes Thema ist der sexuelle Mißbrauch. Hier sieht die Interessenvertretung absoluten Handlungsbedarf und will aktiv werden. Sie fordern, dass der "(...) sexuelle Missbrauch von so genannten widerstandsunfähigen Personen (§ 179 StGB, S.G.), ein genauso hohes Mindeststrafmaß bekommt - nämlich ein Jahr - wie der Missbrauch aller anderen."

Martina Puschke, Leiterin des "Weibernetzes" hält diesen Tatbestand für skandalös: "Der Gedanke dabei ist, dass ein Täter, der Menschen missbraucht, die keinen Widerstand leisten können, weniger kriminelle Energie hat als einer, der eine Person missbraucht, die sich wehrt." Völlig unbeachtet bleibt bei der derzeitigen Interpretation des Strafgesetzbuches (StGB), dass die wenigsten behinderten Frauen widerstandsunfähig seien - die o.g. Behauptung des StGB fußt auf Vermutungen und Stigmatisierung.

Um hier eine Gesetzesänderung in die Wege zu leiten, ist noch viel politische und Öffentlichkeitsarbeit notwendig. Deshalb wollen sie als bundesweite Kontakt- und Informationsstelle aktiv sein und behinderte Frauen beim Aufbau von Landesnetzwerken unterstützen.

Dabei wünschen wir dem "Weibernetz" Erfolg und einen langen Atem.

Ortsnahe Unterstützung findet das "Weibernetz" beim Hessischen Koordinationsbüro behinderter Frauen, die im selben Haus agieren. In Hessen leben landesweit 300.000 behinderte Frauen, die durch das Koordinationsbüro zum einen eine Interessenvertretung vorfinden. Zum anderen können durch bedarfsgerechte Informationen und Vernetzung Selbsthilfegruppen gegründet oder gestärkt werden. Dies führt auch dazu, dass Frauen Möglichkeiten findet, ihre erlebte Vereinzelung und Isolation zu durchbrechen. Das Hessische Koordinationsbüro war bundesweit einmalig, als es vor zehn Jahren eröffnet wurde. Mittlerweile steht dort ein einzigartiges Archiv mit gut 1.000 Publikationen zur Verfügung. Das Büro veranstaltet auch Seminare und Tagungen, wie zum Beispiel Selbstbehauptungskurse oder Workshops zur Situation behinderter Mütter und zur beruflichen Situation behinderter Frauen. *Silke Gajek*

Kontakte über: Verein Weibernetz, Projekt Politische Interessenvertretung behinderter Frauen, Tel.: 0561/72885-86

Hessisches Koordinationsbüro behinderter Frauen, Tel.: 0561/72885-22

Beide im Zentrum für selbstbestimmtes Leben (ZsL), Kölnische Straße 99, 34119 Kassel

Kontakte in der Nähe:

Netzwerk behinderter Frauen,

Leinestr. 51, 12049 Berlin

Tel. und Fax: 030/61709167

e-mail: netzfrauen-berlin@freenet.de

www.netzwerk-behinderte-frauen-berlin.de

Quelle: Frankfurter Rundschau 21.05.2003, Gundula Zeitz

Aufbauseminare für Gruppensprecher/innen

Ansprechen wollen wir die Teilnehmer/innen unseres 1. Bausteinkurses des Jahres 2002/ 2003. In den Aufbauseminaren besteht die Möglichkeit, eine begleitende Weiterbildung in bereits bekannten Strukturen in Anspruch zu nehmen. Vorgelesen sind jährlich fünf Veranstaltungen. Quereinsteiger/innen können in Absprache mit der Kontaktstelle auch teilnehmen.

Termine bitte vormerken und in der Kontaktstelle anmelden:

20.02.2004 16.00-19.00 Uhr
(Anmeldung bis 06.02.2004)

30.04.2004 16.00-19.00 Uhr
(Anmeldung bis 16.04.2004)

04.06.2004 16.00-19.00 Uhr
(Anmeldung bis 24.05.2004)

Wenn Sie sich was von der Seele reden wollen:

freecall **0 800-111 0 111** gebührenfrei
0 800-111 0 222



Der

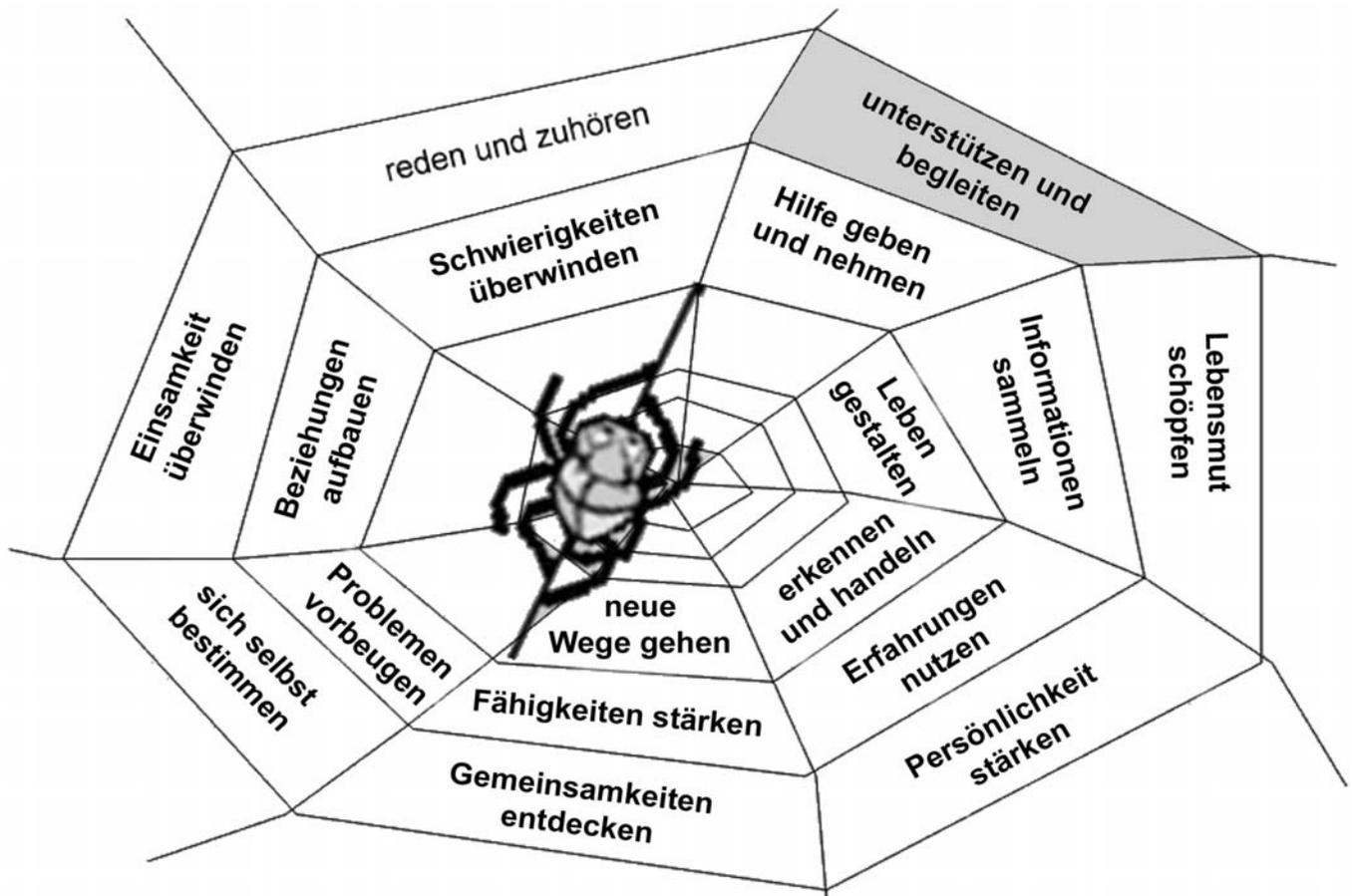
WEISSE RING

kann Opfern helfen durch:

- menschlicher Beistand und persönliche Betreuung
- Hilfestellung im Umgang mit Behörden
- Begleitung zu Gerichtsterminen
- Vermittlung von Hilfen anderer Organisationen
- Unterstützung bei materiellen Notlagen im Zusammenhang mit der Straftat

Ansprechpartner: Leiter der Außenstelle Schwerin, Wolfgang Winterfeld,
Telefon/Fax 0385/2075940 (mit Anrufbeantworter)
e-mail: WolfgangWinterfeld@gmx.de





unterstützen und begleiten - heißt Hilfe zur Selbsthilfe

Unterstützung bedeutet:

- Beihilfe,
- sich als Stütze unter oder hinter eine Sache stellen oder
- Hilfe leisten

Wir können unterstützen, indem wir offen sind z. B. bei einem Telefonat dem anderen zuhören, wenn er ratlos ist.

Wir unterstützen uns gegenseitig, wenn wir für den Anderen weiterführende Materialien oder einen Artikel mitbringen, der für uns selbst informativ und gut war.

Wir unterstützen uns gegenseitig bei der Überwindung der Isolation, wenn wir gemeinsame Ausflüge machen, einander abholen, Neues entdecken und uns so stützen.

Begleiten heißt mitgehen!

Begleiten von Betroffenen heißt:

- sie in konkreten Problem- und Krisensituationen zu beraten, ihnen Orientierungshilfen in schwierigen Situationen zu geben und ein tragfähiges soziales Netz außerhalb der Familie aufzubauen,
- und bedeutet auch, den Betroffenen ein Forum zu bieten für Begegnung und Austausch, denn sie brauchen Möglichkeiten, Freiräume und günstige Bedingungen für eigeninitiatives Handeln, so dass sie ihr kreatives Potential entfalten und umsetzen können,
- die Selbständigkeit fördern, wodurch die Notwendigkeit der Inanspruchnahme von professioneller Hilfe ab bzw. die Hilfen gezielter in Anspruch genommen werden.

Selbsthilfegruppen und Vereine mit Selbsthilfecharakter der Landeshauptstadt Schwerin

Gesundheitliche Selbsthilfe

Chronische Erkrankungen /Menschen mit Handicap

- Adipositas
- Aphasiker/innen
- AsbH e.V. Bereich M-V
- Arthrose-Erkrankungen
- Bandscheibengeschädigte
- Blinde und Sehbehinderte
- Colitis ulcerosa/Morbus Crohn
- Diabetes
- Dialysepatienten und Nierentransplantierte
- Dystonie
- Fibromyalgie (Weichteilrheuma)
- Epilepsie
- Hepatitis C
- Krebserkrankungen
- Lippen-, Kiefer-, Gaumen-, Segel-Fehlbildungen
- Lupus Erythematodes
- Morbus Bechterew
- Multiple Sklerose
- Muskelschwund
- Osteoporose
- Parkinson
- Phenylketonurie
- Post-Poliomyelitis
- Pro-Retina
- Rheuma
- Sarkoidose
- Schlaganfall
- Schuppenflechte
- Tinnitus/Morbus Meniere
- Sklerodermie
- Zöliakie

Psychische Probleme/Belastungen

- Angehörige von älteren psychisch Kranken, einschließlich Demenzkranken
- Angehörige psychisch Kranker
- Angstzustände (Phobien)
- "Auftanken" Menschen mit psychischen Problemen
- Borderline-Störung
- Chronische Schmerzen
- Depressionen

- Krise nach der Geburt
- Lachen ohne Grund
- Sexueller Missbrauch

Sucht (auch für Angehörige)

- Al-Anon (Angehörige und Freunde von Alkoholikern)
- Alkoholauffällige Kraftfahrer
- Anonyme Alkoholiker (AA)
- Blaue-Kreuz-Gruppen
- Elternkreis drogengefährdeter und -abhängiger Kinder
- Konsumenten illegaler Drogen
- Freundeskreis von Alkoholkranken
- Guttempler-Gruppen
- Trockendock
- Liebessucht/Beziehungssucht
- Essstörungen
- Spielergruppe

Soziale Selbsthilfe

Alter und Nachbarschaft

- Aktive Senioren/innen
- Gedächtnistraining
- Gesprächsgruppe für die ältere Generation
- Gesprächskreise für Migranten/innen und Spätaussiedler/innen
- Sportgruppen und Seniorensport

Eltern-Kind-Selbsthilfe

- Eltern mit behinderten Kindern
- Elternkreis Legasthenie
- Elterngruppe krebsskranker Kinder und Jugendlicher
- Elternkreis drogengefährdeter und -abhängiger Kinder
- Elternkreis Adoption
- Elterninitiative besondere Kinder
- Elterntreff Down-Syndrom
- Elterntreff im VSP
- Elternverband hörgeschädigter Kinder
- Mukoviszidose e.V.
- "Siegfried" für Eltern hyperaktiver Kinder e.V.
- Väteraufbruch für Kinder

- Verwaiste Eltern

Selbsthilfe von Frauen

- Alleinlebende
- Arbeitslose Frauen
- Frauenfrühstück im AJW
- Lesben
- Müttergruppe im IB

Selbsthilfe von Männern

- Schwule Männer
- Stammtischtreff für Väter bei der AWO
- Sexueller Missbrauch

Familie / Beziehung

- Multikulturelles Familienfrühstück in der AWO
- Trauernde Angehörige
- Väteraufbruch für Kinder

Selbsthilfe in besonderen Lebenslagen

- Coming out
- HIV Positive
- Transsexualität

Umwelt / Gesellschaft

- Nahrungsmittelallergie
- Elektrosmog

Gründungsvorhaben:

- Hirntumor
- Zwangserkrankungen
- SHG für Eltern behinderter Kinder beim Behindertenverband
- SHG für Opfer häuslicher Gewalt bei der AWO

Informationen erhalten Sie unter:

Tel.: 0385/39 24 333

E-Mail: info@kiss-sn.de

KISS, Anne-Frank-Straße 31,
19061 Schwerin

wöchentliche Aktualisierung der Termine unter

www.kiss-sn.de

Hilfreiche Broschüre zur Vorsorge bei den Verbraucherzentralen des Landes im Angebot!

Ein besonderes Projekt nach § 65 b SGB V von den Spitzenverbänden der Gesetzlichen Krankenkassen gefördert ermöglicht den Verbraucherzentralen in Mecklenburg-Vorpommern, Thüringen und Brandenburg eine unabhängige juristisch fundierte **Patientenberatung** kostenlos anzubieten.

Viele Menschen denken, dass ihre nächsten Verwandten oder Ehepartner automatisch entscheiden könnten, wenn sie selbst dazu nicht mehr in der Lage sind. Dies ist ein weit verbreitetes Missverständnis: Für alle denkbaren Lebensbereiche muss eine Vollmacht vorliegen. Ist das nicht der Fall, muss eine gesetzliche Betreuung eingerichtet werden, die durchaus von völlig fremden Personen übernommen werden kann. Daher ist es sinnvoll vorzubeugen und in entsprechenden Vorsorgedokumenten Maßnahmen, die im Ernstfall durchzuführen sind, zu bestimmen. Die Beratung kann persönlich, telefonisch, schriftlich oder auch per Email wahrgenommen werden - in Schwerin immer dienstags von 9.00-13.00 Uhr und 14.00-18.00 Uhr.

Nähere Informationen:

Beratungszentrum Schwerin, Platz der Jugend 13,
19053 Schwerin, Tel. 0385/ 5908510
oder unter: www.patientenprojekt.de

Patientenverfügung

Eine Patientenverfügung ist wichtig für den Fall, dass Sie in einem Zustand unumkehrbarer Bewusstlosigkeit oder in der Endphase einer tödlich verlaufenden Erkrankung sind.

In der Verfügung können Sie festlegen, wie Sie sich ihre medizinische Betreuung (beispielsweise im Hinblick auf lebenserhaltende Maßnahmen) vorstellen, für den Fall, dass Sie selbst nicht mehr in der Lage sind, sich zu äußern. Sie bietet Ihnen zurzeit die größtmögliche Sicherheit, Ihr Recht auf Selbstbestimmung zu wahren.

Schreiben Sie umfassend Ihre Vorstellungen, Wünsche und Forderungen hinsichtlich Ihrer medi-

zinischen Behandlung auf. Je konkreter und ausführlicher Sie sich äußern, umso leichter wird es für Bevollmächtigte, Ärzte und Pflegepersonal sein, Ihre Vorstellungen zu erkennen und zu respektieren.

Die Patientenverfügung muss in Deutschland nach strengen Kriterien ausgeführt werden, damit sie von den Ärzten als rechtsverbindlich angesehen wird, denn es gibt noch keine gesetzliche Regelung, weil sich der Gesetzgeber noch nicht dazu geäußert hat. Der Arzt braucht sie also nicht anzuerkennen.

Im Moment handelt es sich noch um einen Modellversuch, welcher noch ausgewertet werden muss und in dessen Ergebnis der Gesetzgeber anschließend entscheidet.

Mit einer Vorsorgevollmacht können Sie als Verfügender eine oder mehrere Vertrauenspersonen beauftragen, für Sie Entscheidungen zu treffen, z. B. Verträge zu unterschreiben oder zu kündigen, Bankgeschäfte zu tätigen, den Wohnort zu bestimmen, aber auch Entscheidungen über medizinische Behandlungen zu fällen. Sie legen also im Voraus schon fest, welche Dinge im Bedarfsfall zu regeln sind. Die Vollmacht dient also grundsätzlich dazu, eine vom Gericht anzuordnende Betreuung überflüssig zu machen. Durch den Zusatz, dass die Vollmacht erst in Kraft treten soll, wenn der Verfügende entscheidungsunfähig geworden ist, kann ein Missbrauch verhindert werden.

Die Betreuungsverfügung ist für den Fall gedacht, dass vom Gericht eine gesetzliche Betreuung angeordnet werden muss. Das ist immer dann der Fall, wenn jemand aufgrund psychischer Erkrankungen bzw. körperlicher, geistiger oder seelischer Behinderung seine Angelegenheiten teilweise oder ganz nicht regeln kann und auch keine andere Person dazu von ihm bevollmächtigt wurde.

In der Betreuungsverfügung können Sie eine Person Ihres Vertrauens vorschlagen. Das Gericht bestimmt dann diese Person zu Ihrem Betreuer, der dann professionell die Lebensbereiche begleitet, für die aktuelle Entscheidungen anstehen (finanzielle Angelegenheiten, etwaige Heimunterbringung etc.).



Die Broschüre "Patientenverfügung" gibt zu folgenden Schwerpunkten :

- Patientenverfügung
- Vorsorgevollmacht
- Betreuungsverfügung

umfassende Auskunft und ermöglicht anhand von Beispielen eine Verfügung oder Vollmacht selbst zu erstellen. Sie erhalten die Broschüre für 4,80€ im Schweriner Beratungszentrum.

ANKER Sozialarbeit

gemeinnützige Gesellschaft mbH
für Menschen mit psychischer Behinderung



Rogahner Str. 4, 19061 Schwerin
Tel.: (0385) 61 40 15 Fax: 5 57 77 86
Internet: www.anker-sozialarbeit.de

E-Mail: info@anker-sozialarbeit.de

Möbelbörse "Anker" Tel. (0385) 611961
Fax 611964

Montag - Freitag 8.00 bis 17.00 Uhr

Lachen wir uns gesund! - Wer lacht, hat mehr vom Leben!

Was aber, wenn Sie wenig Grund zum Lachen haben? Dann lernen Sie es einfach. Beim Yoga-Lachen. Kein Witz!

Aber klappt das so einfach auf Kommando? Mit den Leuten, die man gar nicht kennt? Ja, mit etwas Übung funktioniert es.

Es werden spezielle, aus dem Yoga kommende Atemübungen mit einem künstlichen Lachen kombiniert, so fällt man nach einiger Zeit unwillkürlich in ein echtes, natürliches Lachen. Diesem Reflex kann man sich fast nicht entziehen.

Das Lachen nach der Yoga-Lach-Technik, das sogenannte Hosya Yoga, wurde von einem indischen Arzt, Dr. Mandan Kataria, als Therapieform entwickelt. Bei dieser Lachtherapie treffen sich kleine und größere Gruppen bereits. Weltweit (es gibt bereits ca. 40 Lachclubs in Deutschland). Teilnehmer bezeugen nach den Übungen gesundheitliche Verbesserungen, ein Gefühl von Wohlbefinden, das den ganzen Tag anhält, besseren Schlaf und weniger Schmerzen.

Man muss nicht nach Indien verreisen, um in den Genuss dieser Therapieform zu gelangen. Lachen Sie mit uns, in unserer Lachgruppe

"Lachen ohne Grund"

alle 14 Tage am Freitag in der Zeit von 14.00 bis 15.00 Uhr im Seniorenbüro, Martinstraße 1 A.

Kontakte sind möglich unter:

Tel.: 0385/ 55574962 oder

KISS Schwerin Tel.: 0385/ 3924333 oder

E-Mail info@kiss-sn.de.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.Lachbewegung.de oder www.hoho-haha.de oder www.ichbinfroehlich.de. Mitlacher sind jederzeit herzlich willkommen! Also lachen Sie dem Alltag ins Gesicht und die Sorgen von der Seele.

Bärbel Kebeiks

Ehrenamtler/innen gesucht:

Wir suchen engagierte Frauen und Männer, die unsere Selbsthilfegruppen unterstützen. Der Zeitaufwand ist verhältnismäßig gering und die Arbeit kann sehr abwechslungsreich sein. Was wäre zu tun? Wir benötigen unbedingt Unterstützung bei der Betreuung von Selbsthilfegruppen, bei denen eine starke Bewegungseinschränkung vorliegt. Des weiteren können Vorträge und Veranstaltungen in Abstimmung mit der Selbsthilfegruppe organisiert, vorbereitet und durchgeführt werden. Dazu gehört selbstverständlich auch die Teilnahme an unseren Weiterbildungen. Falls Sie Interesse an einer abwechslungsreichen ehrenamtlichen Tätigkeit haben, melden Sie sich doch bitte in der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen.

Selbsthilfegruppen suchen Gleichbetroffene:

Selbsthilfegruppe "Angstzustände (Phobien)",
Treffpunkt: wöchentlich dienstags um 17.00 Uhr
in der Großen Wasserstr. 15-17 im Cafe

Selbsthilfegruppe "Chronische Schmerzen - Freude am Leben"
trifft sich vierzehntägig um 10.00 Uhr im
Augustenstift.
Neue Mitglieder sind immer gerne willkommen.

Selbsthilfegruppe "Dystonie"
trifft sich vierteljährlich und hofft Gleichbetroffene motivieren zu können, zu kommen.

Selbsthilfegruppe "Stomaträger"
schrumpft. Deshalb rufen wir Gleichbetroffene auf, den Weg zu uns zu finden. In der Gruppe ist es leichter, über die alltäglichen Probleme zu sprechen. Haben Sie Mut!

Selbsthilfegruppe "Adipositas"
trifft sich am 22.01.2004, um 17.30 Uhr in der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen. Sollte Ihr Gewicht auch zum Problem für Sie geworden sein, suchen Sie den Weg zu uns!

Betroffene gesucht:

Hallo **Neurodermitis**-Betroffene, wir wollen eine Selbsthilfegruppe gründen und suchen dazu "LeidensgefährtenInnen".

Restless Legs - auch unruhige Beine genannt, ich suche Menschen mit gleichen Symptomen, um mit ihnen eine Selbsthilfegruppe aufzubauen.

Nikotin-Entwöhnung - suche MitstreiterInnen für diese Anstrengung.

Ich bin **alkoholabhängig** und gebe mich auch zum wiederholten Male in Therapie. Aber das ist nicht mein Ursprungsproblem. Ich bin **sexabhängig** und möchte diese Sucht bekämpfen. Wer ähnliche Probleme hat, melde sich bitte!

Ich suche eine Gruppe, in der frau lernt, **Aggressionen** abzubauen.

Ich bin **Stalking-Opfer** und suche Kontakt zu anderen Betroffenen.

Hilfe für "**Messies**" und deren Angehörige gibt der FEM, der Förderverein zur Erforschung des Messie-Syndroms e.V., Tegerstr. 15 in 32825 Blomberg, Telefon 05236/888795, Fax 05236/888796,
E-Mail: femmessies@t-online.de, Webseite www.femmessies.de oder www.messie-selbsthilfe.de.

Kontaktaufnahme ist grundsätzlich über die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen,
Tel.: 0385/ 3924333 möglich.



"Rosenhospiz"

Kontakte unter
Telefon 0385 / 5585516
Frau Hamm oder Frau Rosenthal



Die Zeit für die **Trockengymnastik der Rheumapatienten** hat sich geändert. Sie wird nunmehr Montag, von 16.00 bis 17.00 Uhr bei der Physiotherapie Hartmann in der Röntgenstraße durchgeführt.

Servicestellen für Rehabilitation in Mecklenburg-Vorpommern

Was ist eine Servicestelle?

In Angelegenheiten der Rehabilitation soll sie Versicherten und ihren Angehörigen Service aus einer Hand bieten. Eingerichtet wurden diese Stellen von der Landesversichertenanstalt Mecklenburg-Vorpommern (LVA) in Zusammenarbeit mit vielen gesetzlichen Krankenkassen unseres Bundeslandes. Und genau darum geht es: Zusammenarbeit. In enger Zusammenarbeit sollen alle Rehabilitations-träger den Versicherten helfen.

Und das sind die Aufgaben der Servicestellen: Umfassende Beratung der Versicherten und die Entgegennahme sowie die Bearbeitung von Anträgen auf Rehabilitation. Das alles gab es bisher auch schon.

Wo liegt der Unterschied?

Ab sofort gibt es keine Zuständigkeitsdiskussionen zu Lasten der Versicherten und Antragsteller mehr. Die Zeit falscher Ansprechpartner, unzuständiger Reha-Träger und langen Wartens auf Antwort ist vorbei.

Deshalb erhält der Versicherte künftig alle Informationen zu den ihm zustehenden Leistungen von einer Stelle. Die Einleitung der Hilfen soll künftig umfassend, zielorientiert, qualifiziert, ortsnah und damit zügiger passieren als in der Vergangenheit.

Die Rehabilitationsträger in Mecklenburg-Vorpommern nehmen den Begriff "Servicestelle" wörtlich: Eine Stelle mit Service in Sachen Rehabilitation - für alle Versicherten und ihre Angehörige.

Alle anderen Stellen in Ihrer Nähe, beispielsweise die Arbeitsämter, Krankenkassen, Berufsgenossenschaften, Unfallkassen und die Rentenversicherungsträger - so sie hier nicht aufgeführt sind, kooperieren eng mit den Servicestellen. Sie helfen Ihnen darüber hinaus in gewohnter Form gerne weiter.

Wo gibt es in Schwerin Beratungsstellen:

BARMER

Marienplatz 3, 19053 Schwerin

Tel.: 0385 / 50080, Fax: 0385 / 5008290

IKK Mecklenburg-Vorpommern

Elleried 1, 19061 Schwerin,

Tel.: 0385 / 6373222, Fax: 0385 / 6373151

Techniker Krankenkasse

Wismarsche Str. 142, 19053 Schwerin,

Tel.: 0385 / 5903052, Fax: 0385 / 5903925

LVA Mecklenburg-Vorpommern

Lübecker Str. 42, 19059 Schwerin,

Tel.: 0385 / 731040, Fax: 0385 / 5758190

Bärbel Mursch

B.R.U.S.T. -

Veränderungen selbst ertasten

Selbstuntersuchungen will gelernt sein: Machen Sie mit und melden Sie sich bei den Brust-Selbstuntersuchungskursen unter Tel. 3924333 an!

Termine:

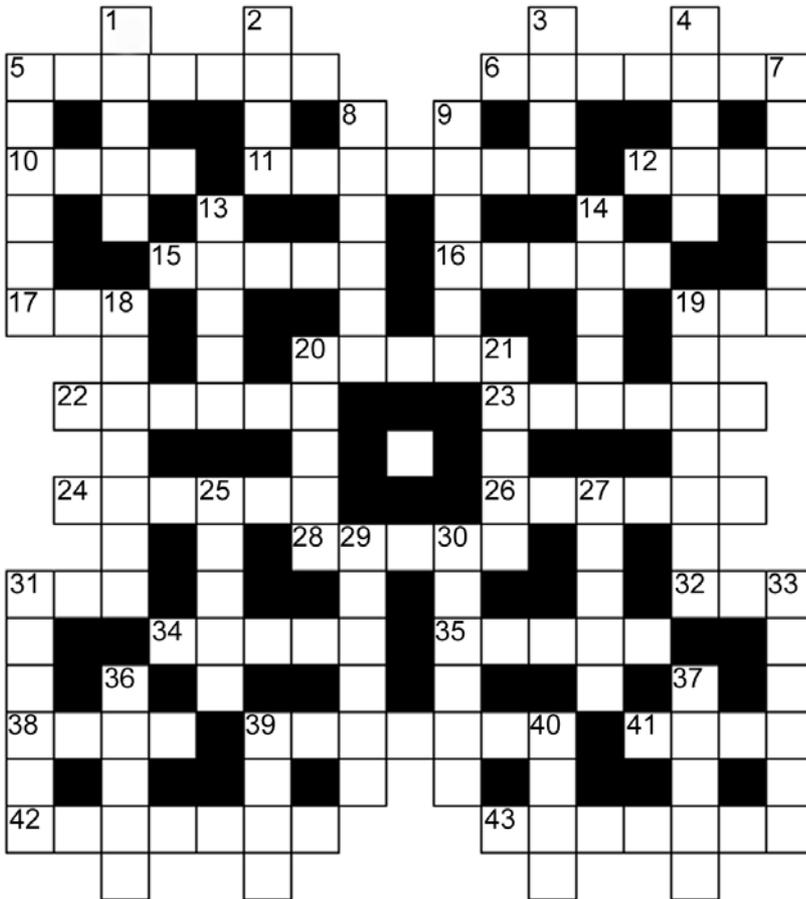
Donnerstag, 15. Januar 2004, 17.30 Uhr KISS
Dienstag, 27. Januar 2004, 16.00 Uhr Klinik
Mittwoch, 28. Januar 2004, 18.00 Uhr KISS
Dienstag, 10. Februar 2004, 17.30 Uhr KISS
Donnerstag, 19. Februar 2004, 17.30 Uhr KISS
Dienstag, 24. Februar 2004, 16.00 Uhr Klinik

Osteoporose-Fortbildung

Der Chefarzt der Nephrologie, Herr Dr. Kerber, führt eine Veranstaltung zur Diagnostik und Therapie bei Osteoporose durch. Grundlage dieser Veranstaltung ist die neu erschienene "Leitlinie für Patienten mit Osteoporose". Den Termin entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Vortrag zum "Sigger-Syndrom"

Die SHG "Fibromyalgie" gestaltet am 11.02.2003, um 16.30 Uhr bei der BARMER, Am Marienplatz 2, einen Vortrag zum "Sigger-Syndrom". Referent wird Prof. Dr. Neck, Rheumatologe an der Klinik Süd Rostock sein.



Tag der Offenen Tür im Monat des Darmkrebses

5 Jahre Selbsthilfe nach Krebs

am Dienstag, den 16. März 2004 in der Kontaktstelle

14.00-16.00 Uhr
Vorstellung der Selbsthilfegruppe

16.00-17.30 Uhr
Vortrag "Vorsorge - Diagnose - Behandlung - Rehabilitation" mit Dr. med. Sieno, Chirurg im Klinikum

anschließend
Gemütliches Beisammensein

Waagrecht: 5) Oberflächenform 6) franz. Stadt in der Bretagne
10) Neunte Tagesstunde 11) Bodentyp der wechselfeuchten Tropen
12) eine der Erdsphären 15) Stadt in Thüringen 16) Nebenfluß der Donau
17) Strömung 19) franz. nicht 20) Stadt nördl. von Dortmund
22) ein Stück abbekommen 23) Antiker Ort der Weissagung 24) Vorhof der Basilika
26) Stadt im Thüringer Becken 28) Gebiet 31) Vogel der Arktis 32) Wacholderbranntwein
34) Kälte 35) Gerät für Probebohrungen 38) feinkörniges Sediment 39) Stadt am Bodensee
41) Fluß durch Frankreich/Belgien 42) afrik. Staat 43) Stadt in Südfinnland

Senkrecht: 1) flaches Land 2) Fluß im Norden Tschechiens 3) engl. kommen
4) Staat Ostafrikas 5) Strom Indiens 7) Fluß und Gebiet der Schweizer Alpen
8) Hauptstadt Kanadas 9) Abschnitt der Erdmittelzeit 13) Fluß durch Thüringen
14) Stadt westl. Schwerins 18) Vererbungslehre 19) Geringe Höhe 20) Gesamtheit meteorolog. Erscheinungen in einem großen Gebiet
21) berühmter schwed. Wissenschaftler des 19. Jahrhunderts

Auflösung:

Die Zahlen 41, 23, 39, 16, 38, 16, 7, 22, 1, 43 ergeben einen Begriff, der für Jung und Alt wichtig ist.

Angret Möller

Heute schon gesurft?
www.kiss-sn.de

Wenn wir Weihnachten feiern, feiern wir auch Ostern...

Der Pfarrer 1999 oder 2000 in der Paulskirche oder Schlosskirche bei seiner Weihnachtspredigt. Gedanken eines Atheisten zu Weihnachten.

Dazu muss man erst klären, was heißt Weihnachten. Ich habe in der "Brockhaus Enzyklopädie" nachgeschlagen. Da steht drinnen, es kommt aus dem Mittelhochdeutschen "ze wihen nahten", das heißt "die heiligen Nächte". Nun die Frage: Was feiern wir Weihnachten?. Na klar, dass weiß jeder: Wir feiern die Geburt Jesus. Aber bevor ich dazu komme, möchte ich meine vier schönsten Weihnachtslieder noch beschreiben, auch wenn es nur um dass vierte geht.

Für mich ist das Beste "Der kleine Trommler" (ein spanisches Weihnachtslied), dann "Aber Heidschi bum beidschi bum, bum", "Stille Nacht, heilige Nacht" und dann "Es ist ein Ros' entsprungen". In dem vierten Lied kommt die Zeile vor: "Es ist ein Ros' entsprungen nach Jesse seine Art.". Ich brauchte eine gewisse Zeit, um heraus zu bekommen, dass damit "Der Prophet Jesaja" aus dem alten Testament gemeint ist. Dort steht bei Jesaja (7/14): "Darum wird euch der Herr selbst ein Zeichen geben: Siehe, eine Jungfrau ist schwanger und wird einen Sohn gebären, den wird sie nennen Immanuel. Aber sie nannten ihn Jesus.". Nun stelle ich die Frage: Wo ist Jesus geboren?. Jeder Leser wird nun sagen, ist doch sonnenklar - in Bethlehem. So wird es in jeder Kirche beim Krippenspiel erzählt. Aber im Markus Evangelium ist Jesus in Nazareth in Galiläa geboren. Und ein kluger Mann hat mal gesagt: "Man soll die Mehrheit nicht mit der Wahrheit verwechseln."

Jetzt kommen wir zu dem Einführungsspruch. Am Karfreitag wurde Jesus gekreuzigt. Im Matthäus und im Markus Evangelium schreit er: "Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?"; im Lukas Evangelium: "Vater ich befehle meinen Geist in deine Hände." und im Johannes Evangelium: "Mich dürstet.". Man gab ihm Essigwasser zu trinken und dann sagte er: "Es ist vollbracht.". Ich habe dies alles geschrieben, um zu sagen: Kein Wunder, dass die Welt so schlecht ist. Jesus wurde nicht nur für das Jenseits, sondern auch für das Diesseits gekreuzigt. Doch in dieser Welt gibt es soviel Ungerechtigkeiten

wie Widersprüche in der Bibel (im alten wie im neuen Testament).

Doch komischer Weise gibt es in den vier Evangelien viele Gemeinsamkeiten. Da steht nämlich drinnen: "Geben ist seliger denn nehmen." oder: "Bevor ein Reicher Mann in den Himmel kommt, geht ein Kamel durch das Nadelöhr." oder: "Wenn du einen Schlag auf die Linke Wange bekommst, halte auch die rechte hin.". Jesus hat bei den Armen und Kranken gelebt, war Pazifist und deswegen wurde er gekreuzigt. Deswegen hoffe ich, dass alle Christen mal anfangen, wirklich nach Jesus und das was er vorgelebt hat zu leben. Alle Nichtchristen, könnten es natürlich auch und wir hätten eine friedliche und wirklich freie Welt, wo nicht das Geld regiert, sondern die Menschlichkeit und Toleranz.

So hoffe ich, dass alle Leser/innen jeden Menschen mit Behinderung oder Handicap mit dem sie irgendwie Kontakt bekommen, diesen genauso behandeln wie jeden anderen Menschen. Das stärkt dem Jenigen das Bewusstsein, gibt ihm Kraft und dafür hat Jesus eben gelebt und dafür wurde er gekreuzigt.

Jetzt zu einem Symbol des Weihnachtsfestes, dem Weihnachtsbaum. Der erste urkundlich erwähnte Weihnachtsbaum stand Mitte des 16. Jahrhunderts in Deutschland. Aber erst Anfang des 19. Jahrhunderts verbreitete sich der aus vorchristlicher Zeit stammende Brauch zur Festlichkeit einen Baum aufzustellen. Die Kirche hat versucht, diesen heidnischen Brauch zu unterbinden. Aber der immergrüne Baum, der die Überwindung von Winter und Dunkelheit symbolisiert und als Lichtbringer gilt, ist so beliebt, dass er bis heute ein wichtiges Symbol im Jahresverlauf darstellt.

Den letzten Absatz habe ich aus dem Buch: "Von Schicksalsbaum und Weltenesche" von Robert Pap & Friedgard Engländer. Das Buch ist empfehlenswert sowie die "Bibel" und der "Engelspapst" von Jörg Kastner. Ein kleiner Geschenk-Tipp fürs Weihnachtsfest, auch wenn es um's Schenken bei diesem Fest nun wirklich nicht geht. Ich wünsche allen Leser/innen ein schönes, friedliches und besinnliches Weihnachtsfest.

Norbert Lanfersiek

Hier finden Sie uns!



Impressum:

Journal der Schweriner Selbsthilfe "Hilf Dir selbst!"

Herausgeber: Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen Schwerin e.V.

Auflage: 1.500 Stück

Erscheinungsweise: vierteljährlich (März, Juni, September, Dezember)

Verteilung: Selbsthilfegruppen /-initiativen, Soziale Einrichtungen, Bürgercenter, Stadtteilbüros, Stadtbibliothek, regionale Krankenkassen, Sponsoren und Förderer

Leitung und V.i.S.d.P.: Silke Gajek, Bärbel Mursch

Satz und Layout: Steffen Mammitzsch

Ehrenamtliches Redaktionsteam: Angret Möller, Mathias Dick, Jens-Peter Dreyer, Christa Hegemann, Marlies

Thomas-Steinert, Norbert Lanfersiek, Adelheid Taeger

Druck: c/w Obotritendruck Schwerin

Anschrift: Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen Schwerin e.V.,

Anne-Frank-Str. 31, 19061 Schwerin, Tel.: 0385 / 39 24 333, Fax: 0385 / 39 22 052, e-mail: info@kiss-sn.de

Vorstand: 1. Vorsitzender Dr. med. Wolfgang Jähme; 2. Vorsitzende Renate Apenburg, Beisitzer/innen: Dr. Rolando Schadowski, Gerlinde Haker, Marlies Thomas-Steinert, Heide Kreft, Gudrun Pieper,

Leserbriefe und Veröffentlichungen anderer Autoren müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte, Bilder und Zeichnungen wird keine Haftung übernommen. Die Redaktion behält sich das Recht auf Kürzung vor.

Redaktionschluss für die nächste Ausgabe ist der 15. Februar 2004 mit dem Schwerpunktthema: "Älter werden in Schwerin"



In folgenden Arztpraxen liegt unser Journal "Hilf Dir selbst!" aus:

Herr MR Dr. med. Dierk von Appen, Frau Dr. med. Sabine Bank, Herr Dipl. Med. Birger Böse, Herr Gerhard Conradi, Frau Dr. Angelika Fischer, Herr Dipl. Med. Volkart Güntsch, Frau Dr. med. E.-C. Heun, Herr Dr. med. Wolfgang Jähme, Frau Dr. Kaisa Kurth-Vick, Herr Dipl. Med. Rainer Kubbutat, Frau Dr. Renate Marquardt-Schulze, Herr Dipl. Med. Siegfried Mildner, Frau Evelyn Schröder, Frau Dipl. Med. Margrit Spiewok, Frau Dr. med. Undine Stoldt, Herr Dr. med. Dettlef Scholz, Herr Holger Thun