

## Rechtzeitiges Vorsorgen ist jedem zu empfehlen

Unser Gast zum Verbandsnachmittag am 19. Juni, traditionell in der Gaststätte "Poppenbergs Ruh" war Frau Böhmer von der Betreuungsbehörde beim Landratsamt Nordhausen sein. Sie informierte über den Sinn sowie die Notwendigkeit einer Vorsorgevollmacht (sowie Betreuungs- und Patientenverfügung) und sowie darüber, wie man diese erstellt, sprechen und Ihre Fragen zu dieser Problematik beantworten. Jeder von uns kann durch einen Unfall oder schlimme Krankheit recht schnell in die Situation kommen, dass er nicht mehr selbst über seine Zukunft entscheiden kann, ob er zum Beispiel mit einer aufwändigen Apparatemedizin ohne Aussicht auf Heilung sein Leben verlängern lassen möchte. Da ist eine rechtzeitige Verfügung von Vorteil, auch wenn man den Gedanken gern von sich schiebt.

## Krönung der Suppenkönigin steht wieder an

Grillnachmittage haben in den Sommermonaten auch in unserem Ortsverband bereits ihre Tradition. Sie bieten eine gute Möglichkeit, sich näher kennen zu lernen und untereinander auszutauschen sowie gemütlich miteinander zu plaudern. So war es auch am 14. August wieder. Die Gaststätte "Poppenbergs Ruh" bot wieder den richtigen Rahmen und eine liebevolle Bedienung. Natürlich haben wir an diesem Nachmittag auch wieder darüber gesprochen, wie es im Ortsverband weiter gehen soll. Da gilt es einmal unser Engagement für ein barrierefreies Ilfeld zu verstärken. Wir müssen endlich voran kommen bei der Bildung eines Behindertenbeirates. Im Mai hatten wir im Rahmen des Gesellschafterprojektes ja bereits ausführlich darüber gesprochen und erste Verbündete gefunden. Am 2. September werden wir am Sommerfest des Kreisverbandes auf dem Kyffhäuser teilnehmen. Am 9. September gestaltet Ilfeld das diesjährige Herbstfest, bei dem wir mit unserem Infostand dabei sein und unseren Verband wiederum vorstellen wollen.

## VdK-Infostand zum Herbstfest

### Zwei neue Mitglieder für unseren Verband gewonnen



Natürlich fehlten wir als Sozialverband VdK auch zum diesjährigen Herbstfest im September in Ilfeld nicht. Viele Herbstfestbesucher machten an unserem Info-Stand Halt, informierten sich mittels der reichhaltig ausgelegten Broschüren und Infoblätter und bekamen ihre Fragen natürlich auch direkt durch unsere Vorstandsmitglieder beantwortet. Dabei erklärten zwei Besucher ihren Eintritt in unseren Verband, darunter das Gemeinderatsmitglied Herr Hartmut Saueremann (CDU).

Unser Foto: Auch zum diesjährigen Schützenfest waren wir schon mit dem Infostand dabei und hatten viele Fragen zu beantworten, kam es aber auch zu gemütlichen Runden unter unserem VdK-Schirm

Natürlich beteiligten wir uns auch wieder an der Verkostung der schmackhaften Suppe - diesmal Wirsingsuppe. Es waren wahrhaftig alles Meisterwerke und wir gratulieren Frau Brehme zur diesjährigen Krönung als Suppenkönigin!

## Wissenswertes über Schlafapnoe erfahren

Der Verbandsnachmittag am 25. September vermittelte den Teilnehmern Interessantes zu der sonst nicht so bekannten Krankheit Schlafapnoe. Frau Mägdefrau von der Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Nordhausen hat die Zusammenhänge gut erklärt und viel Interessantes vermittelt. Betroffen hiervon sind Menschen die schnarchen. Dies sind etwa 10 Symptome wie Herzbeschwerden (bis Herzinfarkt!), hoher Blutdruck (bis Schlaganfall!), morgendlicher Kopfschmerz, unruhiger Schlaf, Konzentrationsschwäche, Einschlafneigung bei der Autofahrt und im Beruf (Sekundenschlaf!), sogar Harndrang mit Schlafunterbrechung und viele andere Beschwerden können die Ursache in der Schlafapnoe haben. Und davon kann abgeholfen werden!

Unser Mitglied Frank Witting hatte seine eigenen Maske mitgebracht und uns gezeigt, wie man damit umgeht. So wurde die Sache ganz anschaulich. Auf jeden Fall hat der Nachmittag für mehr Verständnis für von Schlafapnoe betroffene Menschen beigetragen und auch vermittelt, was man dagegen tun kann.

## Die Gründung eines Behindertenbeirates wird vorbereitet

Im Rahmen der Diskussion zum Gesellschafterprojekt im Mai gab es den Anstoß, auch in Ilfeld einen Behindertenbeirat zu gründen. Inzwischen haben wir ernst gemacht. Im Oktober hatten wir als Verband mögliche Partner für die Gründung eines Behindertenbeirates eingeladen. Dabei konnten



wir feststellen, dass es durchaus Interesse an unserem Vorhaben gibt. Das hatte uns auch bereits unter Bürgermeister signalisiert. In seinem Auftrag nahm sein Stellvertreter Hartmut Saueremann an unserer Beratung teil. Vom ASB kam Frau Gärtner, vom Lienenberg-Behindertenheim

Herr Schmidt, vom Sonnenhof Herr Griesel. Unseren Ortsverband vertraten unsere Vorsitzende Ingrid Müller, Schatzmeister Manfred Müller, Frauenbeauftragte und Schriftführerin Sylvia Schmidt. Verstärkung erhielten wir vom Kreisvorstand durch den Kreisvorsitzenden Bernd Reiber, seiner Stellvertreterin Goldi Morcinek und den Behindertenvertreter Frank Witting. So saßen erfahrene und aussagefähige Leute in der Runde. Sie alle erklärten sich schließlich bereit, im Behindertenbeirat mitzuarbeiten und beauftragen Frank Witting, der als Behindertenbeauftragter der Kreises Nordhausen bereits über eine Menge Erfahrungen verfügt, und Ingrid Müller mit den weiteren Schritten. Noch im November soll die nächste Zusammenkunft erfolgen, in der das Aufgabenfeld für den künftigen Behindertenbeirat abgesteckt werden sollte und vielleicht auch bereits der Termin für die Gründungsveranstaltung festgelegt wird.

## Zur Weihnachtsfeier kamen viele Mitglieder



Auch in unserem Ortsverband hat sich ein guter Stamm an Teilnehmern zu den Verbandsnachmittagen heraus gebildet. Doch zur Weihnachtsfeier am Nachmittag des 11. Dezember in der Gaststätte "Poppenbergs Ruh" kamen besonders viele Freunde. Darüber freute sich natürlich der Vorstand, hatte er sich doch viel Mühe bei den Vorbereitungen gegeben. Aber auch das Team der Gaststätte erwies sich wieder als guter

Gastgeber.

Vorsitzende Ingrid Müller erfreute so freudig gestimmt den festlichen Nachmittag. Sie konnte dabei auf eine erfolgreiche Arbeit im hinter uns liegenden Jahr verweisen. Sie sagte allen ein herzliches Dankeschön für das ehrenamtliche Engagement. Im neuen Jahr, in dem gleich zu Beginn die Gründung des Behindertenbeirates ansteht, gibt es ja nicht weniger zu tun.

Ein herzliches Dankeschön sagte auch der Kreisvorsitzende Bernd Reiber und stellte fest, dass sich der Ortsverband einen festen Platz im Kreisverband geschaffen habe und der Kreisvorstand immer auf ihn rechnen könne, besonders aber auf dessen Vorsitzende Ingrid Müller, welche auch im Kreis-

und Bezirksvorstand eine gute Arbeit leiste. Dafür sagte er mit einem kleinen weihnachtlichen Präsent Dankeschön.

Diesem Reigen schloss sich auch Bürgermeister Rene Schröter-Appenroth an und verwies darauf, dass der Sozialverband VdK in Ilfeld seinen Platz unter den gesellschaftlichen Organisationen ausfülle und er seinen Einsatz für Menschen mit Behinderungen und für Barrierefreiheit besonders zu schätzen wisse.

Doch der Nachmittag war nicht für Reden geplant, sondern in vorweihnachtlicher Stimmung wollte man einige Stunden bei Kaffee und Kuchen oder auch einem Bierchen und Gläschen Wein gemeinsam verbringen. Dazu gab es weihnachtliche Musik vom Keyboard und natürlich wurde auch mitgesungen.



Es war ein schöner Jahresausklang und allen Mitgliedern sei nochmals ein frohes Weihnachtsfest und gesundes Neues Jahr gewünscht.

*Unser Foto: Rosita Rüdiger wartete mit beliebten Weihnachtsmelodien am Keyboard auf.*