

Unser Mitgliedertreffen am
3. Oktober 2008
fällt auf den Tag der Deutschen
Einheit und deshalb ersatzlos aus

Richtlinien für Postpolios

(Merkblatt herausgegeben von der Post-Polio League)

Tun und Lassen bei Kinderlähmungsspätfolgen.

Allgemeine Behandlungen und Dinge, die vermieden werden sollten

- ✓ Nimm Dir Zeit auszuruhen, nimm (wenn möglich) ein Schläfchen tagsüber, arbeite kürzere Zeit und nimm Dir mehr Freizeit (Ferien).
- ✓ Erlebst Du eine zunehmende Muskelschwäche, so mache Aufbau- und Kraftübungen nur unter Beobachtung durch einen mit den Spätfolgen erfahrenen Arzt.
- ✓ Versichere Dich, dass Deine Nahrungsaufnahme Dich auch ernährt. Achte auf Veränderungen in Deinem Körper, (freilich nichtdauernd) und achte auf die Signale Deines Körpers.
- ✓ Beachte neue Zeichen, seien sie deutlich oder auch undeutlich.
- ✓ Bleibe in Übung um einem Muskelschwund vorzubeugen, übe aber nicht zu viel, um nicht einen Muskelschaden durch Überanstrengung zu bewirken.
- ✓ Lerne Dein «Schritttempo» zu verlangsamen.
- ✓ Beuge den Folgen von Muskelschwäche - z.B. Stürze - vor; verwende Krücken oder Gehstöcke, einen Rollstuhl für längere Gehwege oder Schienen oder weitere Anpassungen und Hilfsmittel.
- ✓ Versuche, nicht an Gewicht zuzunehmen. Schwergewichtigkeit (Übergewicht) verschlimmert die Belastung von Gelenken und Muskeln.
- ✓ Überlege mögliche Anpassungen Deines Lebensstils; bereits kleinere Berichtigungen in der Freizeitgestaltung oder in der Fortbewegung können helfen.
- ✓ Nimm nicht an, dass jeder Arzt über die Postpolioproblematik orientiert ist.
- ✓ Lerne und erziehe Dich selbst und zögere nicht zu fragen.
- ✓ Nimm nur sehr wenig Alkohol zu Dir, vor allem nicht vor dem Schlafen, da Alkohol das Schlucken stört, Ernährungsprobleme bringt und Stürze und Unfälle begünstigt.
- ✓ Behalte/habe eine positive Einstellung zu Deiner Gesundheit. Nimm einen Wechsel an, passe Dich an und vergleiche niemals Dich selbst und Deinen Selbstwert mit der körperlichen Behinderung.
- ✓ Nimm auch einfache, banale Erkältungen ernst.
- ✓ Iss ballaststoffreiche Kost. Vermeide Abführmittel.
- ✓ Eine medizinische Abklärungsuntersuchung bei Postpolios soll immer eine vollständige Krankengeschichte beinhalten, eine körperliche Untersuchung und entsprechende Laboruntersuchungen.
- ✓ Muskelkraftuntersuchungen sollten bei einem ausgebildeten Physiotherapeuten, Arzt oder von jemandem, der mit neuromuskulären Krankheiten bekannt ist, gemacht werden. Es wird empfohlen, einen Muskeltest jedes Jahr zu machen, auch wenn keine offensichtliche Änderung der Kraft stattgefunden hat.
- ✓ Die geläufige Empfehlung ist, dass alle Postpolios eine vollständige medizinische Untersuchung haben, welche sich auf die drei hauptsächlichen Veränderungen bei Postpolios bezieht, auf die Veränderung der Nerven und Muskeln, des Kreislaufs und der Atmung.
- ✓ Probleme in Armen und Beinen oder Störungen der Gelenkfunktionen bedingen eine besondere Beratung beim Fachmann wie Arzt, Physiotherapeuten, Orthopäden und/oder Neurologen, welcher sich auskennt bezüglich Skelettveränderungen/Verformungen und/ bei Muskelschwäche.
- ✓ Erfahrene Physio- oder Ergotherapeuten können helfen Funktionsverluste zu erkennen und diese bestmöglich zu korrigieren.
- ✓ Muskeldehnen (stretching) und Übungen (auch passive) zur Erhaltung der Gelenkbeweglichkeit sind sehr wichtig bei schwacher Muskulatur.
- ✓ Schwimmen ist das beste Kreislauf-, Ausdauer- und Konditionstraining. Die Wassertemperatur sollte mindestens 33° betragen.
- ✓ Führe Übungen, welche Schmerzen, Schwäche und Muskelmüdigkeit verursachen, nicht mehr durch, auch nicht Gehen mit solchen Folgen.
- ✓ Durch Kinderlähmung geschwächte Muskeln können kaum durch Krafttraining gestärkt werden. Gewichtheben verschlimmert sogar die Situation.
- ✓ Jeder sollte seine eigenen Kraftgrenzen und Ausdauer kennen und vermeiden, dass diese Grenzen erreicht oder überschritten werden.

- ✓ Du solltest die Einnahme von Schmerzmitteln nach Möglichkeit vermeiden; Aspirin (oder ähnliches) ist (kann) als Schmerzmittel für Muskel- oder Gelenkschmerzen vorzuziehen (hilfreich sein).
- ✓ Ergo- resp. Physiotherapeuten können die Funktion von Beinen und Armen analysieren, können die (vielfach eingeschränkten) Alltagsmöglichkeiten und das Bedürfnis für Hilfsmittel abschätzen, um die bestmögliche Unabhängigkeit zu erreichen.
- ✓ Ruhe gilt als bestbekannte Behandlung für Muskelschmerzen. Daneben sind feuchte Wärme, entzündungshemmende Medikamente und das Vermeiden von weiteren Überanstregungen ebenfalls hilfreich.
- ✓ Physiotherapie wie Wärmebehandlung, Massage, Durchbewegen der Gelenke sowie Dehnungsübungen können chronischen Schmerzen im (unteren) Rückenbereich positiv beeinflussen.
- ✓ Veränderungen des Gangmusters sowie die Benützung von Gehstöcken, sind oft notwendig um immer wieder

auftauchenden Schmerzen im unteren Rückenbereich vorzubeugen.

- ✓ Du musst lernen mit Deinen Kräften und Deiner Energie zu haushalten.
- ✓ Auch wenn Du bereits einmal rehabilitiert worden bist und verschiedene Techniken gelernt hast, ist es notwendig, die Situation regelmäßig neu zu beurteilen, um ggf. neue Techniken zu lernen.
- ✓ Die Körperlage während des Schlafes ist wichtig für jene Postpolios mit ausgeprägter Schwäche und Gelenksverformung.
- ✓ Jene mit grenzwertigen Atemreserven in geographisch tiefer gelegenen Gebieten sollten sich bewusst sein, dass sie eventuell auf Atemhilfe angewiesen sein könnten in höheren Gegenden (ca. ab 1000 m ü. M.). Sie sollten sich jährlich gegen Grippe impfen lassen, entsprechend den üblichen Impfempfehlungen.

Quellenangabe: "Schweizerische Interessengemeinschaft für Polio-Spätfolgen (SIPS), www.polio.ch"

So war es: unser Sommerfest

- von Ingrid Schummer -

Der 1. August 2008 ließ uns schwitzen, Die Sonne lachte vom blauen Himmel als wir uns in Rupenhorn auf der Wiese vor der Terrasse trafen und uns auf gemeinsame schöne Stunden freuten.

Unsere Laune konnte nicht besser sein, und wir waren alle soo hübsch herausgeputzt. Das musste zum Sommerfest auch so sein. Wir saßen in kleinen Gruppen und schwatzten, tranken kalte Getränke oder warmen Kaffee, manche aßen zu Mittag. Unser Gutschein über 3 Euro entlastete unsere Portmonees. (Einige von uns hatten wahrscheinlich auch ein Portemonnaie im Handtäschchen.)

Wichtig waren an diesem schönen Nachmittag für viele die bunten Sonnenschirme. Als sich der Himmel verdunkelte und kleine Regentropfchen aus den Wolken fielen, wurden die Sonnenschirme zu Regenschirmen. Der Wetterfrosch hatte - schon wieder - Recht : Es wurde stürmisch, es fing heftig an zu regnen. Einige von uns suchten Zuflucht im Haus, andere machten sich auf den Heimweg. Ein schöner Tag war es trotzdem! Schade, wenn DU nicht dabei warst.



Das geht uns alle an: Aktionsbündnis ruft auf zur Rettung der Krankenhäuser



Die Krankenhäuser sichern die medizinische Versorgung in Deutschland. Mehr als eine Million Beschäftigte sorgen in den Kliniken für das wichtigste Gut eines Menschen, die Gesundheit - rund um die Uhr in mehr als 2.100 Krankenhäusern in öffentlicher, gemeinnütziger und privater Trägerschaft. Doch für Personal, Therapien und Medikamente stellt die Politik nicht genügend Geld zur Verfügung. Enge gesetzliche Vorgaben zur Krankenhausfinanzierung, die Kürzungspolitik der Koalition und massiv steigende Kosten treiben die Krankenhausträger in eine immer aussichtslosere Lage. Deshalb haben die betroffenen Organisationen und Verbände sich zum Aktionsbündnis "Rettung der Krankenhäuser" zusammengeschlossen. Gemeinsam rufen sie auf zur **Großdemonstration am Donnerstag, 25. September**, in Berlin.

[Mehr Informationen unter: www.Rettung-der-Krankenhaeuser.de](http://www.Rettung-der-Krankenhaeuser.de)

Wer von uns teilnehmen möchte und Hilfe braucht, melde sich bei Horst Burchardt ☎(030)711 48 80 oder Anita Borrusch ☎(030)743 63 02.

Re(De-)formierte Gesundheit

- von Bernd Nickel -

Es ist noch nicht lange her, da wurde man, wenn man eine Arztpraxis betrat, gefragt: „Was fehlt Ihnen? Wie können wir helfen?“ Doch das ist vorbei. Heute heißt es: „Guten Tag, haben Sie einen Termin? Ihre Chipkarte bitte!“ Und die zweite Frage: „Haben Sie auch 10 Euro oder einen Überweisungsschein dabei?“

Schon bei der Terminvergabe scheidet sich nach der Frage: „Bei welcher Krankenkasse sind Sie versichert?“ reich von arm. Ist man privat versichert, kann man i.d.R. jederzeit kommen. Sonst ist, zumindest bei den Fachärzten, erst einmal ein Blick auf das Budget fällig und dann entscheidet sich, ob man im nächsten oder übernächsten Quartal kommen darf.

Hat man es schließlich geschafft, dem Doktor gegenüberzusitzen, muss es schnell gehen, denn die Vergütung für ein

Beratungsgespräch finden die meisten Ärzte zu mager. So checkt der Arzt erst einmal, ob sich eine Untersuchung mit den kostspieligen Geräten, die er sich von smarten Vertretern der Industrie für medizinische Geräte aufschwätzen lassen hat, abrechnen lässt. Also vorsichtshalber mal ein EKG oder eine Ultraschalluntersuchung? Falls der Patient nicht wie ein Rentner oder ein Harz-IV-Empfänger aussieht, bietet er vielleicht noch eine IGEL (Individuelle Gesundheitsleistung) an, also eine meist sinnvolle Untersuchung, vor der sich aber die gesetzlichen Krankenkassen drücken.

Sonst ein Medikament gegen die Symptome. Nachdem der Arzt sich vergewissert hat, was er verschreiben darf ohne mit der Krankenkassenbürokratie in Konflikt zu kommen, gibt es ein Rezept. Und dann: „Der Nächste bitte!“ Die marktwirtschaftlichen Regeln haben, wie es scheint, den Eid des Hippokrates verdrängt.

Mit dem Rezept geht bei gesetzlich Versicherten der Stress weiter. Möglicherweise erfährt man vom Apotheker, dass die Kasse mit diesem Pharmakonzern keinen Vertrag hat (War möglicherweise das Schmiergeld zu niedrig?) und man auf ein Medikament mit gleichem Wirkstoff ausweichen muss. Nun ist für den Heilerfolg und die Verträglichkeit nicht ausschließlich der Wirkstoff entscheidend, aber darauf haben Arzt und Patient

keinen Einfluss mehr. Der Patient muss nehmen, was für die Kasse am günstigsten ist und seine Rezeptgebühr zahlen. Und seit Juli bei einigen Medikamenten dazu noch einen Eigenanteil, der nicht auf die „zumutbare“ Eigenbeteiligungsgrenze von 2% des Bruttoeinkommens angerechnet wird! Ein Medikament das möglicherweise billiger, besser und mit geringeren Nebenwirkungen ist, muss er, wenn es rezeptfrei ist, selbst zahlen.

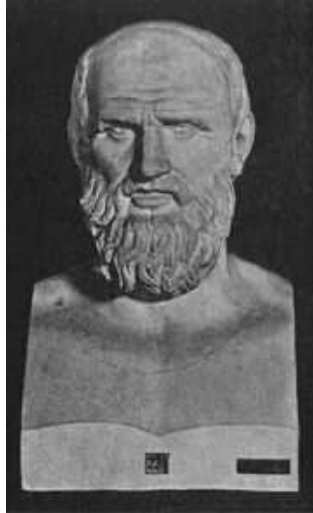
Damit nicht genug: Ab 1. Januar 2009 soll der Gesundheitsfond eingeführt werden. Die Regierung möchte damit die Beiträge deckeln, jedoch nur für die Unternehmen. Für die Versicherten können die Krankenkassen weiter die Beiträge erhöhen oder Leistungen einschränken. Aber Gesundheit ist keine Ware sondern ein Grundrecht, das sogar in der Charta der Vereinten Nationen festgeschrieben ist.

Nun soll auf keinen Fall hier den Ärzten die Schuld gegeben werden und ein Streit zwischen Ärzten und

Patienten entfacht werden. Ein solcher Streit würde nur von den Ursachen des Problems ablenken und wäre ganz im Sinne der Wirtschaft, der Politiker und der Macher der öffentlichen Meinung. Schuld an der Misere ist eine Gesundheitspolitik, die die Gesundheit zur Ware macht und sie für marktwirtschaftliches Gewinnstreben freigibt.

Darunter leiden auch die meisten Ärzte. Ihre Zeit, die sie für bürokratischen Kleinkram verschwenden müssen, hat überhand genommen. Irgendwann einmal haben sie Ihren Beruf gewählt, um Menschen zu helfen und zu heilen – und das ohne Zweitausbildung als Marketingfachmann und ohne um die Existenz bangen zu müssen. Wer jahrelang studiert hat und eine besonders schwere Verantwortung trägt, soll auch ein überdurchschnittliches und gesichertes Einkommen haben. Und bitte erzählt uns nicht, dass in einem der reichsten Länder der Welt, einem Land, in dem Manager Gehälter in Millionenhöhe bekommen, dafür nicht genug Geld da ist!

Ohne den Arzt stirbt der Patient und ohne Patienten sterben die Arztpraxen. Deshalb suchen wir Ärzte, Apotheker und Orthopädiebetriebe und vielleicht den einen oder anderen verantwortungsbewussten Politiker - egal welcher Couleur - die uns helfen, etwas gegen diese unsozialen Gesundheitsreformen zu tun und den gesetzlich verordneten Unsinn - wo immer es noch geht - zu boykottieren.



Hippokrates von Kos um 460 v. Chr.



Dr. Tesch kommt wieder zu uns

Wir freuen uns, dass Herr Dr. Tesch sich bereit erklärt hat, im kommenden Frühjahr wieder einen Vortrag an einem unserer Gruppentreffen zu halten. Aber er möchte nicht nur oft Gesagtes wiederholen. Darum bittet er, dass aus unserem Kreis Fragen gesammelt werden, um sich darauf vorzubereiten und gezielt auf die speziellen Probleme eingehen zu können. Bitte teilt Eure aktuellen Fragen Horst Burchardt oder Erika Bülow mit.

ÖPNV kennen- und lieben lernen,

- von Brigitte Komrowski -

unter diesem Motto haben sich Frau Susanne Jackstell (Tel.: 030/684 95 53 – e-mail: s.jackstell@gmx.de) und Frau Corinna Lichtenberg (Tel.: 030/603 03 27 – e-mail: rollifrau11@mac.com) zusammen getan, um Rollifahrer/innen mit einer zweitägigen Schulung die Angst vor der Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel zu nehmen.

Als absoluter Neuling, der noch nie öffentliche Verkehrsmittel genutzt hat, habe ich mir ein Herz gefasst und mich für diese Schulung angemeldet.

Dieses für mich große Ereignis fand am Freitag, den 18.7. und Sonnabend, den 19.7.2008 statt. Um es gleich vorweg zu nehmen, es wurde ein großer Erfolg.

Der Freitag war für den theoretischen Teil der Schulung vorgesehen und wurde in den Räumen der Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales in der Zeit von 16.00 Uhr bis 20.00 Uhr abgehalten.

Nach der Begrüßung und der gegenseitigen Vorstellung aller Teilnehmer begann die theoretische Unterweisung.

Frau Lichtenberg, die ausschließlich mit ihrem E-Rolli den öffentlichen Personennahverkehr nutzt, zeigte uns anhand der auf dem Boden angegebenen Abmessungen der Stellplätze und Rampen der verschiedenen Verkehrsmittel die Technik und das Verhalten beim Ein- und Aussteigen als „Trockenübung“. Dann war es an uns, es zu versuchen. Zu meinem Erstaunen war es gar nicht so schwer.

Danach wurden wir mit Themen wie: Fahrplan lesen und Alternativstrecken finden, wenn Aufzüge ausfallen, vertraut gemacht. Wichtig sind hierbei die Info- und Notrufnummern des ÖPNV. Anschließend wurde uns die Aufgabe gestellt, Verkehrsverbindungen vom Innsbrucker Platz zum Alexanderplatz zu finden. Dies war nämlich die

Fahrstrecke für die praktische Umsetzung unserer erworbenen theoretischen Kenntnisse am nächsten Tag

Am Sonnabend trafen wir uns um 13.00 Uhr am Innsbrucker Platz. Unter Anleitung der beiden Damen haben wir uns dann in das „Abenteuer“ gestürzt. Als Erstes wurden die S- und die U-Bahn ausprobiert. Zurück am Innsbrucker Platz wurden bei einer entspannten Kaffeepause die ersten Erfahrungen ausgetauscht. Dann ging es in zwei Gruppen mit dem Bus M 48 Richtung Alexanderplatz. Frau Jackstell begleitete mich, und Frau Lichtenberg die beiden anderen Teilnehmer. Fröhlich trafen wir am Alex wieder zusammen und hatten unsere Ängste und Bedenken gänzlich verloren. Gemütlich kehrten wir im Restaurant Piazza Rosso ein, um unsere gesammelten Erfahrungen auszuwerten. Jeder Teilnehmer hatte für sich ganz persönliche Erkenntnisse gewonnen. Bei mir war es z. B. die Tatsache, dass mein E-Stuhl für einen voll besetzten Bus zu kompakt ist und durch den großen Wendekreis viel Platz benötigt. S- und U-Bahn hingegen bereiten mir keine Schwierigkeiten. Ich habe deshalb beschlossen, vorwiegend diese beiden Verkehrsmittel zu wählen und Busse nur zu nutzen, wenn es keine anderen Möglichkeiten gibt.

Zusammenfassend sei bemerkt:

Es lohnt sich, an der Schulung teilzunehmen, zumal sie mit einem Unkostenbeitrag von 7,50 Euro plus evtl. anfallende Fahrgelder erschwinglich ist.

Also nur Mut! Es ist eine tolle Sache, frei und ungebunden unterwegs zu sein. Ich denke da auch besonders an die Senioren, die krankheitsbedingt zum Rollinutzer werden und durch solche Initiativen wieder mehr am öffentlichen Leben teilhaben können.

Übrigens: Meinen Heimweg habe ich bereits ohne Begleitung mit der U-Bahn bewältigt.

Wir haben einen neuen Vorstand

-Von Anita Borrusch -

Am 6. Juni 2008 fand die Mitgliederversammlung mit Neuwahl des Vorstandes statt. Anwesend waren 25 Mitglieder, 4 Mitglieder ließen sich per Vollmacht vertreten. Der Verein hat z. Zt. 137 Mitglieder.

Aus der Versammlung kam der Wunsch nach geheimer Wahl. Nur wenn die Mehrheit dafür ist, muss geheim gewählt werden. Dies ist lt. Vereinsrecht so. Die Mehrheit war für offene Wahl.

Anschließend berichtete Horst Burchardt über Aktivitäten des letzten Jahres.

Bericht der Schatzmeisterin

Rosemarie Laß wollte die Mitglieder nicht mit zu vielen Zahlen belasten, alles steht ausführlich im vorliegenden Kassenbericht. Der Kassenbericht kann beim Vorstand eingesehen werden, ebenso der Haushaltsplan für das lfd.

Geschäftsjahr 2008. Wer eine Kopie haben möchte, wende sich an den Vorstand.

Bericht der Kassenprüferinnen

Lieselott Werner verliest den Kassenprüfungsbericht. Sämtliche Unterlagen und Konten wurden von ihr und Uschi Robert geprüft, es gab keine Beanstandungen.

Die Schatzmeisterin Rosemarie Laß wurde einstimmig entlastet.

Satzungsänderung mit Abstimmung

H. Burchardt formulierte die Begründung der Satzungsänderung wie in der Einladung beschrieben: Aus der Schwierigkeit heraus, dass die Aufgaben des Schatzmeisters immer umfangreicher geworden sind, schlägt der Vorstand vor, diesen Vorstandsposten auf zwei Personen aufzuteilen.

- a) Kassenverwalter
- b) Kassierer

Die Änderung der Satzung wurde einstimmig angenommen

Brigitte Komrowski stellte den Antrag zur Entlastung des Vorstands. Die Abstimmung ist einstimmig bei einer Enthaltung. Der Vorstand ist somit entlastet.

Neuwahlen des Vorstandes nach der geänderten Satzung

Der neue Vorstand besteht somit aus:

Vorsitzender: **Horst Burchardt**,
Stellvertreterin: **Erika Bülow**

Kassenverwalter/in und Kassierer/in: **Hanelore Ebermann** und **Günter Zieske** (noch zu regeln wer was ausführt).
Kassenprüferinnen bleiben **Uschi Robert** und **Lieselott Werner**

Verschiedenes

H. Burchardt berichtete zur Beitragsordnung, dass wir verschiedene Beitragshöhen haben, es für einige Mitglieder nicht 100%ig zu erkennen ist, wer wie viel zu zahlen hat. Rosemarie Laß erklärte dazu, dass im Rahmen ihrer Kassentätigkeit oft diese Frage an sie herangetragen wurde

Lt. Beitragsordnung beträgt der reguläre Beitrag 16,-€, Ehepaare oder in wirtschaftlicher Gemeinschaft lebende Mitglieder können pro Person 11,-€ zahlen, sozialschwachen Mitgliedern kann der Beitrag auf 11,-€ evtl. auch auf 5,-€ ermäßigt werden.

Bei den Ermäßigungen für Sozialschwache bestehen Unklarheiten über die Höhe des Einkommens.

H. Burchardt schlägt vor:

Ermäßigung 1 11,-€ für unter 800,-€ mtl. Einkommen,

Ermäßigung 2 5,-€ für unter 500,-€ mtl. Einkommen.

Dies sollte auf Antrag ohne Darlegung von Einkommensnachweisen nach ehrlicher Bekundung im guten Glauben gehandhabt werden.

Eine weitere Frage war, wie ist es bei den Mitgliedern, die außerdem noch Mitglied im Bundesverband sind und dort einen Jahresbeitrag von 32,-€ Euro zahlen. Darüber gab es Unklarheiten. Darüber braucht nicht abgestimmt zu werden. Die Mitglieder, die auch im Bundesverband Mitglied sind, zahlen bei uns nur einen Beitrag von 5,-€.

Abstimmung der Staffelung für sozialschwache Mitglieder in der vorgestellten Form. Der Vorschlag wurde ohne Gegenstimme und ohne Enthaltung einstimmig angenommen.

Eine weitere Mitteilung: Dr. Tesch plant in diesem Herbst in der Schlosspark-Klinik wieder ein Gymnastikseminar. Der Termin steht noch nicht fest. Erika Bülow wird den Kontakt zu Dr. Tesch halten und nähere Informationen mitteilen. Sie ergänzt dazu noch, dass es wieder, wie schon vor einigen Jahren, mit den Krankengymnasten der beteiligten Mitglieder gemeinsam stattfinden sollte. Frau Dr. Bocker

von der Uni Jena, die sich auf Physiotherapie für Postpolio spezialisiert hat, wird wieder dabei sein. Die Veranstaltung wird für uns kostenlos sein. Aus der Versammlung kamen sehr positive Bemerkungen von den Teilnehmern der Veranstaltung, die vor einigen Jahren stattfand.

H. Burchardt trägt die Frage eines Mitglieds, das nicht anwesend sein konnte, zum „Persönlichen Budget“ vor. Dazu konnte Brigitte Komrowski Auskunft erteilen. Das „PB“ besteht schon seit einigen

Jahren in der Erprobung und soll die Möglichkeit geben, selbst und eigenverantwortlich die notwendigen Pflegekräfte (Persönliche Assistenten) anzustellen. Wir hatten darüber schon eine behinderte Dozentin in der Gruppe, die über ihre eigenen Erfahrungen berichtete. Seit 1.1.08 ist das „PB“ nun generell eingeführt und kann von Interessenten beantragt werden. Näheres würde hier den Rahmen sprengen, außerdem sind zur Ausführung noch viele Fragen offen. Brigitte Komrowski ist dabei, Informationen zu sammeln und wird weiter berichten.

Bernd Nickel erinnerte an den Rücklauf des Fragebogens. Er würde gern eine Arbeitsgruppe zur Auswertung der Fragebögen aufbauen und bittet um Meldungen. Außerdem wird er weiter das Info gestalten.

H. Burchardt teilte mit, dass er durch die letzte Reha-Messe von der Polizei auf ein Alarmgerät zur persönlichen Sicherheit hingewiesen wurde. Bei persönlichen Angriffen kann ein akustischer Alarm zu Abschreckung ausgelöst werden. Der **Body-Alarm kostet 12,75 €** und kann über H. Burchardt bestellt werden. Bei Sammelbestellungen über 5 St. wird Rabatt gewährt.

Das ausführliche Protokoll der Mitgliederversammlung würde hier den Rahmen sprengen. Es kann beim Vorstand eingesehen werden oder eine Kopie angefordert werden.



Unser neuer Vorstand: Hanelore Ebermann (h/lks), Günter Zieske (v/lks), Erika Bülow (mitte) und Horst Burchardt (rechts)

TERMINE:

Viele Termine sind noch in der Planung, deshalb den Anrufbeantworter (030 / 3810 4574) abhören (8x klingeln) oder unter www.polio-berlin.de nachsehen.
Danke

Wann:	Um:	Was und Wo:	Thema:
25. September 2008	13:00 Uhr	Großdemo vor dem Brandenburger Tor	Rettung der Krankenhäuser (s.a. Seite 2)
7. November 2008	16:00	Gruppentreffen Lipschitzallee 7	Evtl. Vortrag „Orthesen konventionell“
5. Dezember 2008	16:00 Uhr	Gruppentreffen Lipschitzallee 7	Weihnachtsfeier

Treffpunkt der Selbsthilfegruppe sind die Räume der evangelischen Dreieinigkeitsgemeinde in Berlin-Buckow, Lipschitzallee 7, 12351 Berlin. Diese Räume, die auch für Rollfahrer zugänglich sind und über ein Rolli-WC verfügen, stehen uns jeden ersten Freitag im Monat in der Zeit von 16.⁰⁰ Uhr bis 19.³⁰ Uhr zur Verfügung.

Bitte unbedingt beachten: Sind Referate vorgesehen, muss der Fahrdienst unbedingt erst nach 18.30 Uhr bestellt werden. Sollte eine frühere Rückfahrt nötig sein, platzieren Sie sich so, dass der Vortrag durch Ihren vorzeitigen Aufbruch nicht gestört wird.
Danke

Harter Kern

Hier treffen sich alle, die aktiv das Gruppenleben (Info, Öffentlichkeitsarbeit, Beratungsdienste usw.) gestalten wollen. Wir treffen uns in der Regel **am letzten Montag im Monat ab 16.⁰⁰ Uhr in den Räumen der ev. luth. Paulus-Gemeinde, Kranoldplatz 11, 12051 Berlin-Neukölln**. Auch diese Räume sind rolligerecht und verfügen über ein entsprechendes WC.

WIR HELFEN UNS SELBST

Auskunft	Name	Telefon	Fax	e-Mail
Arztkartei	Hanna Andrejewski	7 06 46 93		hanna-marianne@web.de
Arztkartei	Rosa-Maria Wiebusch	3 1285 85	31 8065 90	
Beatmung	Rosa-Maria Wiebusch	3 128585	31 80 65 90	
Behindertenreisen	Anita Borrusch	7 43 63 02		anita_kob@web.de
Hilfsmittel	Karl-Heinz Jeschke	45 80 90 67		polio@polio-berlin.de
Wohnungsinfos	Waltraut Wölfel	6311960		
Kummertelefon	Ingrid Zenner	278 57 17		

(Bitte meldet uns nötige Aktualisierungen)

Hier haben sich Gruppenmitglieder bereit erklärt, ihr Wissen allen zur Verfügung zu stellen. Dies heißt aber nicht, dass sie rund um die Uhr, ähnlich wie die telefonische Auskunft oder die Zeitsangabe, ansprechbar sein müssen. Bitte bedenken Sie, einige sind noch berufstätig, und andere sind aus gesundheitlichen Gründen nicht immer voll einsatzfähig.

Bitte nehmen Sie diese Dienste nicht vor 11.00 Uhr und nicht nach 19.00 Uhr in Anspruch.

Danke!

Und wieder das Thema Beträge:

Bitte prüfe doch mal, ob der Beitrag bezahlt ist. Falls nicht, überweise ihn an

Selbsthilfegruppe Polio-Spätfolgen e.V., Kontonummer: 616 09 2300, BLZ 100 700 24, Deutsche Bank Berlin

Fragen dazu beantworten unsere Schatzmeister **Hannelore Ebermann** ☎ 84714979 und **Günter Zieske** ☎ 3636348

Vielen Dank

Impressum:

Herausgeber:

Selbsthilfegruppe Polio-Spätfolgen e.V., - **gefördert durch das Land Berlin** –
Vorsitzender Horst Burchardt, Hirzerweg 6, 12107 Berlin ☎ (030)711 48 80

Bankverbindung

für Spenden und Beiträge: Deutsche Bank Berlin, Kontonummer: 616 09 2300, BLZ 100 700 24

Homepage der Gruppe:

[http:// www.polio-berlin.de](http://www.polio-berlin.de), E-Mail: polio@polio-berlin.de

Informationen über Gruppentermine:

Anrufbeantworter (nur Ansage): 030 / 3810 4574 (bitte 8x klingeln lassen)

Redaktion:

Friederike Nonnenbruch ☎ : 030 7717775, Ingrid Schummer ☎ 3214809 und Bernd Nickel ☎ 60258892
e-Mail: polio-info@polio-berlin.de

(Der Nachdruck ist unter Angabe der Quelle erwünscht)