

## Neues von VITAL

### Vorwort

Liebe Freunde des VITAL e.V.,

der Sommer ist da! Nach einem milden Winter können wir nun die warmen Sonnenstrahlen genießen und gespannt auf die kommenden Monate blicken. Eine ereignisreiche Zeit liegt bereits hinter uns. So möchten wir gleich an dieser Stelle unseren neu gewählten und vergrößerten Vereinsvorstand erwähnen und gleichzeitig den ehemaligen Vorständen Ruth Schultze und Dietmar Knaf für Ihre Unterstützung in der Vergangenheit ganz herzlich danken. Ohne die Unterstützung ehrenamtlicher Vorstände und Helfer könnte unser VITAL e.V. nicht in der jetzigen Form agieren.

Mit einem bunten Programm starten wir nun in die kommenden Monate. Unter anderem steht auch in diesem Jahr wieder eine Reise auf dem Programm. Diesmal geht die Fahrt nach Berlin. Weiterhin finden wieder viele Treffen unserer Gruppen statt sowie einige Bildungsveranstaltungen zu medizinischen und rechtlichen Fragestellungen.

Wir freuen uns auf die kommende Zeit und wünschen viel Freude beim Lesen unserer Neuigkeiten.

Herzlichst,  
Steffen Marquardt  
Vorsitzender

PS: Das „Kopfhaus“ am Albertplatz, in dem sich unsere Kontakt- und Beratungsstelle befindet, wird gerade umfassend saniert und umgebaut. Die Belastung durch Lärm und Schmutz macht die Arbeit für unsere Mitarbeiter momentan zu einer besonderen Herausforderung. Wir bitten um Verständnis, dass einige unserer Angebote zurzeit nur eingeschränkt durchgeführt werden können und Telefonate durch Baulärm gestört sein können.

## Neues von VITAL

Juli 2014

### Rückblick zweites Halbjahr 2014

#### **Ein neuer Vorstand**

Innerhalb des Vereins hat sich erneut einiges geändert. Seit der letzten Mitgliederversammlung im Februar dieses Jahres gehören nun folgende Personen zum Vereinsvorstand:

Steffen Marquardt	Vorsitzender
Dieter Ranacher	1. stellvertretender Vorsitzender
Dr. Claudia Rahnfeld	2. stellvertretende Vorsitzende
Kerstin Rauh	Schatzmeisterin
Ulrich Wenzel	Beisitzer
Friedegard Marquardt	Beisitzerin
Frank Marquardt	Beisitzer

Mit guten Ideen und viel Tatendrang werden die neuen und alten Vorstandsmitglieder die Vereinsarbeit zukünftig begleiten.

+++++

### **VITAL e.V. unterwegs ...**

#### **Besuch im Zoo Leipzig**



Tierisch ging es beim Ausflug in den Zoo Leipzig am 12. April 2014 zu. Das schöne Wetter und die gute Laune aller Mitreisenden machten diesen Tag zu einem tollen Erlebnis. In kleinen Gruppen erkundeten wir das Zoo-Gelände und hielten Ausschau nach den vielen Tieren.



Besonderer Höhepunkt war zum einen das Gondwanaland, ein großes Tropenhaus voller meterhoher exotischer Pflanzen und einem kleinen Fluss, auf dem Bootsfahrten möglich waren.



Zum anderen waren natürlich die Menschenaffen im Pongoland ein Besuchermagnet. Besonders die jungen Schimpansen und Gorillas zauberten jedem ein Lächeln aufs Gesicht.

## Neues von VITAL

Juli 2014

... und auf Bildungswegen

### Tag gegen den Schlaganfall

Am 10. Mai ruft die Deutsche Schlaganfallhilfe traditionell den Tag gegen den Schlaganfall aus. Der VITAL e.V. beteiligte sich auch in diesem Jahr wieder mit einer informativen Veranstaltung. Unter dem Titel „Sprachstörung und Halbseitenlähmung - wie meistere ich den Alltag?“ trafen sich Interessierte im Plauerer Best Western Hotel und lauschten den Referenten.



Frau Schwabe vom Pflegenetzwerk Vogtlandkreis erläuterte die Möglichkeiten der Pflegekasse. Im Anschluss sprach Physiotherapeutin Frau Gühl über die Therapiekonzepte Bobath und Vojta. Schließlich stellte Herr Fränkel vom Sanitätshaus Thuemed verschiedene Hilfsmittel für Betroffene vor und erklärte Wissenswertes zu deren Beantragung. Abgerundet wurde der Tag durch Frau Klemm, die als Betroffene ein Buch über ihre Erlebnisse schrieb, sowie zwei weiteren Angehörigen, die ihre Erfahrungen und Erlebnisse mit ihren betroffenen Familienmitgliedern schilderten.



+++++

### Aktuelles aus den Projekten:

#### „Wir bewegen was“

Unter dem Motto „Wir bewegen was“ organisiert der Verein verschiedenste Angebote, um Menschen mit und ohne Behinderung körperliche Bewegung zu ermöglichen. In den vergangenen Monaten fanden unter diesem Motto Aktivtage, Seminare und kleinere Treffen von bewegungsfreudigen Menschen statt.

## Neues von VITAL

Juli 2014

### 8. Aktivtag: Von Straßberg nach Kürbitz

Bei Sonnenschein und warmen Temperaturen starteten wir am 24. Mai 2014 in unseren Frühlings-Aktivtag. Die Gruppe traf sich am Straßberger Bahnhof. Der Weg führte uns gut 4 km in Richtung Kürbitz. Ziel war der Landgasthof Strobel, wo eine Stärkung auf uns wartete. Ein Ortskenner brachte uns viele Informationen zur Historie des Ortes näher. Mit der Vogtlandbahn oder per Auto ging es für die Teilnehmer zurück in die Heimatorte.



---

### Reittherapie

Nach einem Schnupperkurs „Therapeutisches Reiten“ im Frühjahr mit unserer Plauener Gruppe, haben sich einige Interessierte zusammen gefunden, die nun regelmäßig reiten gehen. In 14-tägigem Rhythmus besuchen sie einen Reiterhof und nutzen das Angebot einer erfahrenen Reittherapeutin. Wer Interesse hat mitzumachen, meldet sich bitte im VITAL-Büro.

---

### Ehemaligentreffen im Bundeskanzleramt

Mit unserem Projekt „Mitläufer gesucht!“ (dem Vorgänger von „Wir bewegen was“) schafften wir 2011 den Bundessieg beim Wettbewerb der Organisation startsocial. Damals erhielten wir einen Scheck über 5.000 € und eine Urkunde unserer Bundeskanzlerin!

Zum 10jährigen Jubiläum dieses Wettbewerbs wurde auch VITAL e.V. eingeladen. Im Juni fuhren wir zum Bundeskanzleramt nach Berlin. Natürlich gratulierten auch wir den Verantwortlichen und den diesjährigen Siegern. Unsere Kanzlerin als Schirmherrin war auch wieder mit dabei sowie Vertreter vieler interessanter Projekte aus dem gesamten Bundesgebiet.

Eine rundum gelungene Veranstaltung - herzlichen Dank!

## Neues von VITAL

Juli 2014

### Unser Stammtisch

Schon seit langem treffen sich regelmäßig Mitstreiter zum Stammtisch, um gemeinsam Ideen für zukünftige Veranstaltungen zu sammeln und Erfahrungen auszutauschen. Dabei geht es unter anderem um schöne und passende Wegstrecken

Der Stammtisch trifft sich immer mittwochs alle 14 Tage, 16.00 Uhr in Plauen. Die nächsten Termine können unter 03741 / 71 90 96 erfragt werden. Jeder ist herzlich willkommen!

für Rollstuhlfahrer und Menschen mit Gehbehinderung sowie rollstuhltaugliche Ausflugsziele in der Umgebung. Auch Unternehmungen, die man vielleicht schon immer mal machen wollte, aber sich allein nicht traut, können hier gemeinsam geplant und vorbereitet werden.

---

### „Die Wegbereiter“

Unter diesem Titel bringen wir frischen Wind in die Selbsthilfe-Arbeit. Der Begriff „**Wegbereiter**“ soll zeigen, dass jeder Mensch nach seiner Hirnschädigung einen eigenen, neuen Weg für sich finden muss. Jeder erhält die Möglichkeit, sich seinen Interessen zu widmen, auch wenn dies vielleicht mit einer Behinderung nicht mehr so einfach geht wie früher. Aber Vieles ist möglich! In einer Gruppe können die Menschen füreinander Wegbereiter sein, da sie sich unterstützen und helfen können.

### Kreativ mit Wolle und Co.

Seit dem Frühjahr 2014 treffen sich Interessierte zum gemeinsamen Häkeln, Stricken oder Nähen in unseren Vereinsräumen. Neulinge werden von Ruth Schultze und anderen Handarbeits-Profis angeleitet. Ob Stricken und Häkeln ganz neu lernen oder altes Wissen wieder auffrischen - gemeinsam probieren wir neue Varianten, um mit Wolle und Stoff kreativ zu sein, ganz gleich ob mit oder ohne Halbseitenlähmung.



Die Handarbeitsgruppe trifft sich alle 14 Tage, dienstags um 15:00 Uhr in den Räumen am Albertplatz in Plauen. Eigenes Material oder angefangene Arbeiten können mitgebracht werden. Interessenten melden sich bitte im VITAL Büro.

## Neues von VITAL

Juli 2014

### Unsere Hobbygruppe

Die Hobby-Handwerker aus unserer Gruppe haben ihr Angebot erweitert. Neben den beliebten Laubsägearbeiten werden auch Gipsfiguren hergestellt. Ob Motive für Ostern, Weihnachten oder das ganze Jahr, ein vielfältiges Angebot an Formen kann genutzt werden. Die Gruppe trifft sich alle 2 Wochen in den Räumen des VITAL e.V.

### Neuigkeiten aus den Gruppen

#### Neu-Neu-Neu

In den vergangenen Monaten wurden weitere Gruppen für Betroffene und Angehörige ins Leben gerufen. So können sich nun auch in Zwota bei Klingenthal und in Weischlitz Menschen nach Schlaganfall miteinander zum Reden, Zuhören, Spaß haben und für Unternehmungen treffen.



#### Zwota / Klingenthal

Jeden 4. Montag im Monat ab 16.00 Uhr  
 Therapiezentrum „Vogtland-Reha“  
 Markneukirchener Straße 41 b, 08267 Zwota



#### Weischlitz

Jeden 3. Montag im Monat ab 16.00 Uhr  
 Altenpflegeheim „Maria Magdalena“  
 Gärtnerieweg 41, 08538 Weischlitz

### Gruppe Auerbach zu Besuch in einer Brauerei

Die Herstellung und Abfüllung eines flüssigen Lebensmittels ist überaus spannend. Das konnten die Mitglieder der Auerbacher Gruppe in der Brauerei Wernesgrün erleben. Gruppenmitglied Herr Bien, der selbst einmal in einem lebensmittelverarbeitenden Betrieb tätig war, erkannte viele Parallelen bei der Verarbeitung und Abfüllung. Bei einer Führung durch die Abfüllanlage, die Lagerräume und den Logistikbereich konnte man den Weg des Bieres gut verfolgen. Die Besichtigung endete mit einem leckeren Imbiss im Wernesgrüner Brauereigutshof.



## Neues von VITAL

Juli 2014



### Reittherapie in der Plauerer Gruppe

Die Plauerer Gruppe suchte das Glück der Erde im März auf dem Rücken der Pferde. Die Mitglieder besuchten den Reiterhof Hermann in Plauen/Neundorf.

Um in den Sattel zu kommen, war eine gehörige Portion Mut und Kraft notwendig, besonders wenn eine halbseitige Lähmung mit im Spiel ist. Aber alle „Reiter“ schafften dies mit Bravour und waren sichtlich stolz, auf den eleganten Tieren durch die Halle zu reiten. Die Bilder sprechen für sich. (Siehe auch S. 4, Artikel „Reittherapie“)



### Gleichgesinnte treffen in einer unserer Gruppen ...

Unsere Gruppen treffen sich regelmäßig und freuen sich immer über neue Teilnehmer. Die Treffen finden in Reichenbach, Auerbach, Lengsfeld, Plauen, Oelsnitz, Rodewisch Klingenthal/Zwota und Weischlitz statt.

Wenn es in Ihrer Nähe noch kein Gruppenangebot gibt, helfen wir Ihnen bei der Suche nach weiteren Mitreitern und dem Aufbau einer neuen Gruppe.

Mehr Informationen gibt es im VITAL-Büro: Tel.: 03741/71 90 96, per E-Mail: [info@vital-vogtland.de](mailto:info@vital-vogtland.de) oder auf unserer Internetseite [www.vital-vogtland.de](http://www.vital-vogtland.de).

## Neues von VITAL

Juli 2014

+++++

### Spenden und Sponsoring

#### Stadtwerke Strom Plauen

Bei der Aktion der Stadtwerke Strom Plauen „Deine Energie für Deinen Verein“ erreichten wir den 2. Platz! Wir freuen uns sehr über diesen Erfolg und bedanken uns an dieser Stelle noch einmal ganz herzlich bei allen, die uns ihre Stimme gegeben haben!

Damit verbunden sind 1.500 € für 2 Computer Arbeitsplätze! Die Arbeitsplätze werden wir im Herbst 2014 in unseren Vereinsräumen am Albertplatz einweihen. Mit Hilfe der Arbeitsplätze können Menschen mit Behinderungen, insbesondere Hirnschädigungen, therapieunterstützende Programme nutzen und ihre Computerkenntnisse verbessern, um den Rehabilitationsprozess zu unterstützen.



#### vosla GmbH

Zum diesjährigen Plauener Spitzenfest vom 20. - 22. Juni 2014 kam ein Teil des Erlöses aus dem Verkaufsstand der Firma vosla GmbH unserem Verein zu Gute. Herzlichen Dank für diese tolle Idee und Unterstützung!



+++++

### Ausblick zweites Halbjahr 2014

Diese Angebote werden in der zweiten Jahreshälfte stattfinden ...

#### Urlaubsfahrt nach Berlin

Nur noch wenige Tage, dann fahren wir nach Berlin. Vom 27.-31.7.2014 werden wir die Hauptstadt hautnah erleben. Wohnen werden wir im Hotel „Mit-Mensch“ - eine barrierefreie Unterkunft im Stadtteil Karlshorst. Ein buntes Programm mit Schifffahrt, Stadtführung und vielem mehr wartet auf die Mitfahrer. Alle sind schon sehr gespannt auf diese Tage!





## Neues von VITAL

Juli 2014

### **Großes Treffen aller Schlaganfall-Selbsthilfegruppen im Vogtland - 08.08.2014**

Eine ganz besondere Veranstaltung steht am 8. August 2014 vor der Tür. Dann kommen in Reichenbach zum ersten Mal alle vogtländischen Gruppen „Schlaganfall und andere Hirnschädigungen“ zusammen. Das Treffen dient dazu, einander besser kennenzulernen, neue Kontakte zu knüpfen und sich über die Selbsthilfe-Arbeit auszutauschen. Alle Gruppen und deren Mitglieder sind an diesem Tag ganz herzlich eingeladen. Auch Betroffene und Angehörige, die Anschluss an eine Gruppe suchen sind willkommen. Die Teilnehmer erwarten ein buntes Programm unter anderem mit einem Acryl-Malkurs sowie Übungen zur Körperwahrnehmung und Lach-Yoga.

Zeit: 10.00 Uhr - 15.00 Uhr

Ort: Begegnungsstätte der Diakonie Reichenbach,  
Nordhorner Platz 3, 08468 Reichenbach

Anmeldungen zur Teilnahme bitte unter 03741 / 71 90 96.



### **Sommer-Aktivtag - 23.08.2014**

Unser Sommer-Aktivtag findet am 23.8.2014 in Buch bei Lengenfeld statt. Bei dieser Wanderung werden von der Waldgaststätte Buch zum Perlaser Turm und wieder zurück wandern und uns anschließend in der Gaststätte stärken. Der Weg von ca. 2 km Länge ist für Rollstuhlfahrer und Personen mit Gehbehinderung sehr gut geeignet. Wir freuen wir uns auf einen schönen Tag in der Natur, mit vielen Gesprächen, netten Bekanntschaften und neuen Eindrücken. Weitere Informationen bei VITAL e.V. unter 03741 / 71 90 96.



### **Sommerfest - 28.08.2014**

Traditionell wird sich die Plauener Gruppe im Sommer wieder zu einem Grillfest treffen. In diesem Jahr findet es am 28.8.2014 statt. Als Gäste werden auch wieder die

## Neues von VITAL

Juli 2014

Musiker, Tontechniker und Verantwortlichen vom letzten Benefizkonzert im Plauener Tanzlokal „The Ranch“ dabei sein.

---

### Weltschlaganfalltag - 11.10.2014

Am 11.10.2014 lädt der VITAL e.V. Betroffene, Angehörige und sonstige Interessierte in das Konferenzzentrum auf dem Gelände des Plauener HELIOS-Klinikums ein. Im Rahmen des Welt-Schlaganfalltages wird der Chefarzt der Neurologie Dr. Weise referieren. Die Teilnehmer werden außerdem die Möglichkeit erhalten, persönliche Risikofaktoren für einen Schlaganfall überprüfen zu lassen.

---

### 15-jähriges Jubiläum der Rodewischer Selbsthilfegruppe - 07.11.2014



Bereits seit 15 Jahren treffen sich in der Cafeteria des Sächsischen Krankenhauses Rodewisch Menschen, die einen Schlaganfall erlitten haben. Zu ihren Treffen tauschen sie sich aus, geben sich Tipps, organisieren Fachvorträge und unternehmen Ausfahrten in die Umgebung. Dieses 15-jährige Bestehen der Gruppe muss natürlich gefeiert werden und so wird am 07.11.2014 eine würdige Festveranstaltung im Krankenhaus stattfinden.



Fotos: SHG Rodewisch

---

### Adventszeit und Weihnachtsmarkt - 15.12.2014

Auch wenn die meisten von uns jetzt noch nicht an die Vorweihnachtszeit denken, so möchten wir aber bereits ankündigen, dass unser Verein in diesem Jahr auf dem Plauener Weihnachtsmarkt vertreten ist. Am 15.12.2014 werden wir in einer Marktbude selbst Hergestelltes unserer Handwerks- und Handarbeitsgruppen anbieten. Wer sich

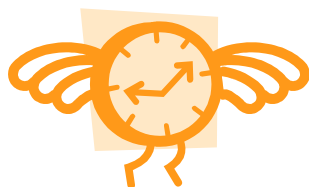
## Neues von VITAL

Juli 2014

noch beteiligen möchte, etwas Selbstgemachtes beisteuern oder am Stand mit verkaufen möchte, kann sich sehr gern im VITAL-Büro melden!

### Wir suchen Zeitspender!

Schenken Sie anderen Menschen etwas von Ihrer Zeit. Zeitspender unterstützen die Vereinsarbeit und können zum Beispiel bei Ausflügen, Veranstaltungen und den regelmäßigen Gruppentreffen helfen. Einsatzzeiten können individuell vereinbart werden. Sprechen Sie uns an!



**Mit Ihrer Unterstützung können wir mehr bewegen!**

### **Geldspende**

Spenden können Sie unter folgender Bankverbindung:

VITAL e.V.

IBAN: DE41 8705 8000 3000 0098 40

BIC: WELADED1PLX

Sparkasse Vogtland

Bitte geben Sie als Verwendungszweck Ihren Namen und Ihre Adresse an, damit wir Ihnen eine Spendenbescheinigung zusenden können.

**VITAL e.V. wird gefördert durch:**



STAATSMINISTERIUM  
FÜR SOZIALES UND  
VERBRAUCHERSCHUTZ



**Herzlichen Dank!**

### **Kontakt:**

VITAL e.V.  
Albertplatz 1  
08523 Plauen

Tel: 03741 / 71 90 96  
Fax: 03741 / 71 90 97  
www.vital-vogtland.de  
E-Mail: info@vital-vogtland.de

Gestaltung: VITAL e.V.  
Fotos, wenn nicht anders angegeben: VITAL e.V.  
Neues von VITAL erscheint wieder im Jan. 2015.