



## Alternative zur traditionellen Weihnachtsfeier

### Erst die Arbeit, dann das Vergnügen: Winterwanderung mit Entenschmaus der Gruppe Neubrandenburg

Eigentlich war bereits die Wanderung rund um den Ivenacker See, bei klarem Wetter um 0 Grad, durch tief verschneite Feld, Flur und Wald und natürlich den berühmten Park mit den tausendjährigen Eichen, bereits ein Vergnügen. Und die Sonne ließ sich, um die Wonne voll zu machen, dann zum Mittag auch noch sehen. Vorweihnachtliches Gruppentreffen einmal anders - eine Weihnachtsfeier ist ja dieses Jahr wegen Corona nicht möglich, auch wenn alle längst geimpft und teils bereits "geboostert" sind.

Start war am barocken Schloss der Freiherren zu Maltzahn und Grafen zu Plessen, mit Marstall und der Büste des berühmten Zuchthengsts "Herodot" aus der Zeit der napoleonischen Kriege daran, und der gräflichen, vormaligen Klosterkirche sowie dem markanten gusseisernen Tor. Und so marschierten wir, nach einer kurzen Einführung in die Historie des Ortes, zu Zwöft durch die Ivenacker Flur, gut gelaunt und froh, sich wieder einmal sehen und austauschen zu können. Natürlich gab es viel zu berichten, wenn man sich Corona bedingt nur noch sporadisch zur Therapie sieht und ansonsten meist nur über Whatsapp Kurznachrichten und Bilder tauscht. Nach zwei Stunden war die "Arbeit" getan und alle hochzufrieden mit dem gemeinsamen Gang durch die Natur. Von der schönsten und ältesten der Eichen am Eingang zum Park haben wir uns noch mit einem Gruppenbild verabschiedet.

Dann ging es in das benachbarte Grischow, wo uns bereits Wirtin Ines Kolbe "Taum Speiker" erwartete. Sie tischte Entenbraten auf Mecklenburgische Art mit Tüften, Klößen und zweierlei Gemüse auf. Ein Genuss! So tafelten wir gemütlich geschlagene zwei Stunden, den Abschluss bildete traditionell Stollen auf sächsische Art aus der Hausbäckerei Bachmann/Fischbuch. Nach einem letzten Gruppenfoto vor dem schönen Speichergebäude gab es noch die Verabredung, auch in der Festzeit zum Jahreswechsel die Therapie auf keinen Fall "schleifen zu lassen", sondern sich wöchentlich zu treffen. Gerade wegen der Feiertage - um angesichts der zusätzlichen "Pfunde" aktiv zu bleiben.

Ingo Bachmann (Gruppensprecher)

#### Infobox MV 2022

**2.-4. September Wochenend-Seminar des Landesverbands**

**2. September Mitgliederversammlung**

**22. Oktober Rügenbrückenlauf in Stralsund**

**21.-23. Oktober Frauenseminar**

**18.-20. November Gruppensprecherschulung**

Zur Vorstandssitzung im Dezember 2021 standen folgende Themen im Mittelpunkt: Selbsthilfeförderung 2022, Terminplan, Fortführung des Funktionstrainings, Beschluss über Ordnungen des Verbands nach Änderung der Vereinssatzung, Besetzung und Aufgabenverteilung im Vorstand.

**Bitte nehmen Sie weiterhin Rücksicht, seien Sie vorsichtig und vor allem: Bleiben Sie bitte gesund!**



[Bilder: C. Fischbuch]

Web-Seite: [www.bechterew-mv.de](http://www.bechterew-mv.de) Aufbau neuer Gruppen: HGW - Gerold Ahrens; GÜ/TET - Reinhard Weylo; UER - Ingo Bachmann; SN - Matthias Dick. Bitte kontaktieren! Mitgliederbetreuung: Sandra Muswieck-Raatz [sandra.muswieck-raatz@dmb-mv.de](mailto:sandra.muswieck-raatz@dmb-mv.de) Redaktion + Gestaltung: Ingo Bachmann / NB. Für Beiträge und Fotos aus dem Gruppenleben bitte kontaktieren: [neubrandenburg@dmb-mv.de](mailto:neubrandenburg@dmb-mv.de) Gestaltung der nächsten Ausgabe: Ende März 22





[Bilder: Anke Groß und andere aus der Gr. Stralsund]



Klaus am Start und im Ziel



**19. Nikolauslauf**

Treff: 9:30 Uhr an der Sporthalle Brunnenau

**am 05.12.2021 um 10 Uhr**

1. Runde: 3,5km;  
2 Runden: 6,5km;  
3 Runden 9,5km  
(ohne Zeitnahme und ohne Wertung)

**Kinderlauf 650m**

Spendenbox für OZ-Aktion:  
„Helfen bringt Freude“

Registrierung nach unseren Regeln-  
vorschriften

## Aktivitäten in Zeiten von Corona

2 Beiträge von Anke Groß, Gruppe Stralsund (leicht gekürzt)

**13. Sparkasse-Rügenbrückenmarathon, DAK-Lauf und Walking-Day:** Gemeinsam die Rügenbrücke überqueren, gemeinsam 6 km walken, gemeinsam jubeln und entspannt im Ziel Erlebnisse austauschen, als Erinnerung eine Medaille und eine Urkunde in Empfang nehmen und eventuell auch mal einen Blick auf die erreichte Zeit werfen - das wollten wir auch 2021 und es war wieder möglich. Juhu!

Weil unsere Therapiestunden im Hansedom Stralsund seit März 2020 nicht mehr stattfanden, suchten und fanden wir eine Alternative. Wir fingen in kleiner Gruppe an zu walken, zuerst 1-mal pro Woche, dann manchmal 2-mal pro Woche. In diesem Jahr zahlte sich unser Training so richtig aus und es war auch notwendig, denn dieses Jahr gab es eine geänderte Streckenführung: Start und Ziel waren am Fuße der Brücke, auf der Mahnkeschen Wiese. Das hieß für uns zum ersten Mal, zweimal die Brücke überqueren, auf der Brücke wenden und zweimal die Steigung zu den Pylonen überwinden zu müssen – puh! Von dem regnerischen Wetter ließen wir uns nicht die Laune und den Antrieb verderben, es auch dieses Mal zu schaffen und so schafften es auch Alle. Vielen Dank an Alle die mitgemacht haben!

PS: Nach dem Lauf ist vor dem Lauf - auf ein Wiedersehen am 22.10.2022, online- Anmeldungen sind schon ab 02.02.2022 über [www.davengo.de](http://www.davengo.de) möglich.

**19. Nikolauslauf 2021 der Laufgruppe des SV HANSE-Klinikums Stralsund:** Der Nikolauslauf und überhaupt verschiedene Läufe, die diese Gruppe organisiert, haben neben der gemeinsamen körperlichen Betätigung ein Ziel: Spenden zu sammeln für soziale Projekte und gemeinnützige Vereine in unserer Heimatstadt Stralsund. So konnten wir uns in der Vergangenheit auch schon über eine nicht unerhebliche Spende freuen. Dies hat uns angespornt, uns bei diesem Verein regelmäßig mit unserer Teilnahme und unserer Spende zu engagieren und an seinen Aktionen zu beteiligen, so auch wieder beim Nikolauslauf 2021.

Knapp 100 Sportler schickte der Nikolaus in diesem Jahr auf die bewährte Runde am Sundufer. Pandemiebedingt waren es weniger Teilnehmer als in den letzten Jahren, aber das ist ja verständlich. Das Regenwetter der vergangenen Tage machte am Sonntag glücklicherweise eine Pause und so hatten wir perfektes Wetter. Eine Zeitnahme gab es nicht, Jeder konnte walken/laufen, so viel und so schnell er wollte, ohne Druck, nur aus Spaß an der gemeinsamen Bewegung an der frischen Luft. Auf alle Finisher warteten im Ziel ein knackiger Schokonikolaus und ein heißes Getränk.

Die Laufgruppe teilt auf ihrer Homepage mit, dass insgesamt 294,50 € in der Spendenbox klapperten und abzüglich ihrer Auslagen 200 € an die OZ-Aktion „Helfen bringt Freude“ gespendet wurden. In diesem Jahr unterstützt die OZ Lokalredaktion Stralsund damit die unseKinder gGmbH, die mit dem Kinder- und Jugendcampus in Stralsund starten und einen Snoezelen-Raum einrichten möchte. Näheres findet sich auf der Homepage der OstseeZeitung.

Vielen Dank an das Organisationsteam! Wir hatten Spaß und waren wieder gerne dabei. Eure Anke Groß