



Sozialwerk Potsdam e.V.

Berliner Strasse 151/121 • 14467 Potsdam

Tel. (0331) 29 51 84

Geschäfts-, Beratungs- u. Informationsstelle
für Blinde und Sehbehinderte

www.sozialwerk-potsdam.de E-Mail: sozialwerk-potsdam@gmx.de

Info 65/2025

Das war etwas Besonderes.



Attila Weidemann

Kein gewöhnlicher Mittwochnachmittag. Mitte September war ich zu Gast beim Sozialwerk Potsdam e.V. und seinen Mitgliedern. An dieser Stelle nochmals herzlichen Dank für die Einladung. Das Restaurant „Al Lago“ in Werder war gut gefüllt. Rund 30 Gäste mit Sehbehinderung waren gekommen, dazu an die 20 Gäste, die zufällig im Restaurant speisten. Die Stadt Werder sollte eigentlich einen separaten Raum für das große Treffen mit dem „Wetterreporter“ zur Verfügung stellen. Aber das hat wohl nicht funktioniert.

So beschallten wir gute 1 1/2 Stunden den Saal des italienischen Wirtshauses. Die Stimmung war von Anfang an prima.

Dank meines lauten Organs wurde ich hoffentlich gut gehört und plauderte etwas aus dem Nähkästchen. Der RBB, Brandenburg aktuell, der Rasende Reporter, die Schwalbe, Werder - es gab so viel zu erzählen.

Aber schnell stellte sich heraus, dass die Anwesenden lieber mit mir ins Gespräch kommen wollten. Ich fühlte mich wie damals: als Gymnasiast besuchte ich den Konfirmanden Unterricht und unser Pfarrer schickte uns einmal die Woche ins Wohnheim für Blinde. Dort durfte ich Frau Kremer kennenlernen und wöchentlich besuchen. Eine herzensgute Dame, die sich

mit mir stets angeregt unterhielt. So ähnlich war es auch im Al Lago. Ich erinnerte mich an den außergewöhnlichen Humor von Frau Kremer. Kann es sein, dass Blinde und Menschen mit Sehbehinderungen die Welt mit „anderen Augen“ sehen und daher oft einen sehr pointierten Blickwinkel auf verschiedene Dinge haben?

Wir haben an diesem September Nachmittag viel gestaunt und viel gelacht. Und Lachen ist ja bekanntlich die beste Medizin.

Seit nunmehr 30 Jahren bin ich als Journalist und Reporter unterwegs in Berlin und Brandenburg. Neben den zahlreichen Filmaufnahmen, Dreh- und Schnittarbeiten gehört es auch zu meinem Beruf, dass ich ab und zu mal ohne „Fernsehen“ zu Besuch bin. Einfach so. Da muss ich nicht an Arbeit denken, da muss ich nicht daran denken, dass alles, was gesagt wird in konzentrierter Form gleich um 19:30h ausgestrahlt werden soll. Nein, einfach mal zu hören. Einfach mal nur die Sprache und das Gesagte wirken lassen. Und das konnten wir an diesem Nachmittag sehr gut.

Mein Ziel ist es mit meiner Arbeit als Fernsehjournalist gelungene Geschichten aus unserem Land zu erzählen. Ich wünsche mir, dass die Art wie wir in unserer Region sprechen, welche Worte wir benutzen, wie wir sprachlich aufeinander zugehen, dass diese Kultur der Sprache erhalten bleibt und gepflegt wird. Daher sind solche Begegnungen wichtig. Großartig, dass sie diese Veranstaltungen regelmäßig organisieren. Für alle Mitglieder des Sozialwerkes habe ich nun noch einen kleinen feinen TV Tipp.

Zurzeit drehe ich eine Serie, die bald in der Sendung „Der Tag“ ausgestrahlt wird. Thema: Bin ich normal? Menschen mit Einschränkungen im Job Da werden 5 Menschen von mir besucht, die ganz unterschiedliche Behinderungen haben:

Marco Retzlaff ist seit der Geburt blind. Trotz dieser fundamentalen Einschränkung hat er alle seine Sinne geschärft, hat sein Diplom als Informatiker gemacht und führt seit Jahren seinen Computerladen in Senftenberg. Der heißt sinnigerweise „Sehnix“ und dort repariert er Computer und Laptops am laufenden Band. Wie er das macht und welche Tricks der Nichtsehende anwendet, das können sie ab dem 25.11. im rbb Fernsehen sehen oder auf der Seite von „Der Tag“, dort scrollen sie runter zu den Wochenserien und da finden sie meine 5 Filme. Gestern war ich bei Dreharbeiten in Herzberg und habe einen 19-jährigen Mann begleitet. Er ist 50 % schwerbehindert. Nur was bedeutet das eigentlich? Er hat eine Lese und Schreibschwäche. Aha! Und er hat seit früher Kindheit Medikamente gegen sein ADHS bekommen. Er hat das Aufmerksamkeitsdefizit Syndrom. Ein

grundsympathischer, aufgeweckter Junge, der bei den Elster Werken im Gartenbetrieb arbeitet. Seine Geschichte hat mich sehr berührt, weil sie zeigt, dass eine gute Kinderstube die Grundlage für ein gesundes Leben ist. Er wurde als Baby von der Mutter getrennt, Vater war verschwunden und so wanderte er von Heim zu Pflegefamilie und von Pflegefamilie ins Heim. Jetzt wohnt er in einer WG mit anderen „geistig“ Behinderten. Dort fühlt er sich wohl und geborgen. Auch da habe ich mich als Mensch und Reporter sehr wohl gefühlt. Und am Ende unseres Drehtages fragte ich ihn wie er die schwere Kindheit vergessen will. Er sagte: „Zurückgucken bringt nichts. Er will jetzt einfach ein normales Leben führen“. Darauf sagte ich ihm: „Du bist normal“.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen allen lieben Leserinnen und Leser dieses Artikels eine schöne und besinnliche Weihnachtszeit. Kommen Sie gut ins neue Jahr 2025. Langweilig wird es bestimmt nicht: wir sehen uns im RBB.

Alles liebe ihr Attila Weidemann

Aktuelle Meldungen

1. Winzerfest mit gutem Programm



Der Verein Sozialwerk Potsdam e.V. ist lt. seiner Satzung, § 2, Abs. 2, auch für die Betreuung und Dienstleistungen der Mitglieder, also für blinde und sehbehinderte Menschen, verantwortlich.

Neben der fachlichen Beratung für Betroffene finden Gesprächsrunden sowie sportliche und gesellige Veranstaltungen, statt.

In guter Tradition weist in jedem Jahr der Veranstaltungskalender das

W i n z e r f e s t

aus.

Monate vorher beginnen die Vorbereitungen, wie z. Bsp. die Raumsuche, Weinprobe, Musikangebote, usw.

Das Programm ist zeitlich und inhaltlich abzustimmen, sowie die Interessen der Mitglieder zu wahren. Das Winzerfest soll Entspannung und Geselligkeit bieten und die Fröhlichkeit der Teilnehmer animieren, wie

die folgenden Programmpunkte mit Erfolg beitragen.

Eine Weinprobe, gesponsert vom Weinhändler Neumann, Königswusterhausen,

war ein Highlight des Festes. Der Wein, mit den Geschmacksangeboten, trocken, feinherb und lieblich traf genau die Interessen der Gäste.

Der Weinhändler erntete ein großes Lob.

Die Musik mit Heribert Heiden und Gattin bot eine gute Stimmung und Geselligkeit. Es wurde getanzt, gesungen und geschunkelt. Ein Höhepunkt der Gemütlichkeit. Zur Abwechslung durften Teilnehmer die Drehorgel bedienen und das Erklängen der Melodie von der „Berliner- Luft“ löste großen Spaß aus.

Auch das Tragen eines Dirndl- Kleides von Frau Waltraud Bader trug unter den Festteilnehmern zur Freude sowie zu einem großen Applaus bei.

Leider waren die drei Stunden des Festes sehr schnell vergangen.

Einige Teilnehmer bedankten sich beim Veranstalter für das gelungene Fest. Sie freuen sich schon jetzt auf das Jahr 2025.

Reinhard König, GF



Publikum des Winzerfestes
Frau Bader im Dirndl



Herr Bremer an der Drehorgel

2. Frühstück im Dunkeln, Geo-Forschungszentrum Potsdam



Wissenschaftler des Geo-Forschungszentrums

In jedem Jahr findet in Deutschland vom 08. – 15. Oktober die Woche des Sehens statt.

2024 hat das Thema „Klar sehen“ und wird von Vereinen, Organisationen, dem Berufsverband der Augenärzte, usw., vertreten und publiziert.

In einer gemeinsamen Veranstaltung hat sich das Helmholtz Zentrum Potsdam mit dem Deutschen GeoForschungszentrum und dem Verein Sozialwerk Potsdam e.V., dieser Aktion angeschlossen.

Das Programm, in Vorbereitung gemeinsam erarbeitet, enthielt z. Bsp.:

- Frühstück im Dunkeln
- Informationen des Augenarztes über Augenkrankheiten
- Diskussionen über Barrieren bei Baumaßnahmen

Die Veranstaltung fand in den Räumen des GeoForschungszentrums, Telegrafenberg 17, 14473 Potsdam von 9,00 – 13,00 Uhr, statt. Die

Teilnehmer waren Wissenschaftlerinnen/ Wissenschaftler des GeoForschungszentrums sowie Vereinsmitglieder des Sozialwerkes Potsdam e.V.

Offene Fragen, wie über Eindrücke zum Frühstück im Dunkeln, Augenkrankheiten und barrierefreies Bauen sprachen die Wissenschaftler in der Diskussion an. Dr. med. Schulze, blinde und sehbehinderte Vereinsmitglieder beantworteten die Fragen, insbesondere über barrierefreie Baumaßnahmen.

Abschließend dankten die Mitarbeiter des GeoForschungszentrums Herrn Dr. Schulze sowie den Teilnehmern des Vereins für die gute, informative Veranstaltung und wünschten dem Verein weiterhin alles Gute und viel Erfolg in der Arbeit mit Blinden und Sehbehinderten Menschen.



Teilnehmer des Sozialwerkes an der Veranstaltung
Reinhard König GF

3. DIAMEDIKUM Potsdam

INTERVIEW ÜBER ERKÄLTUNGSKRANKHEITEN

In jedem Herbst und Winter treten erfahrungsgemäß verstärkt in der Bevölkerung Erkältungskrankheiten auf.

Zum Schutz und Information unserer Mitglieder haben zwei blinde Frauen, Doris Dittmann (D.D.) und Cordula Lange (C.L.) mit Herrn Christoph Rupprecht, Facharzt für Innere Medizin und Palliativmedizin ein Interview geführt.

Der Verein dankt dem Arzt für die medizinischen Hinweise zur Gesunderhaltung bei Erkältungskrankheiten. In einem ca. 20-30 Minutengespräch antwortete der Arzt auf die Fragen von Frau Dittmann (D:D) bzw. Frau Lange (C.L.).

1. Frage, D.D.

Welches sind die häufigsten Erkältungskrankheiten und was sind die Ursachen?

„Wenn wir von Erkältungskrankheiten sprechen, ist oft nicht klar, worüber wir sprechen, von einer Grippe oder einem banalen Erkältungs- oder Atemwegsinfekt. Eine Grippe ist deutlich schwerwiegender als eine banale Erkältung. Eine Grippe wird von Influenzaviren ausgelöst, eine Erkältung von anderen Viren.“

2. Frage, C. L.

Welchen Schutz gibt es gegen Erkältungen?

„Gegen Erkältungen gibt es den Schutz der Vorsorgeimpfung. Leider hilft sie nicht in jedem Fall, denn die Vielzahl der Erreger macht dies unmöglich.“

3. Frage, D.D.

Können gesunde Ernährung und Bewegung an frischer Luft vorbeugende Maßnahmen sein?

„Einen wichtigen Schutz bietet die
Aufn

ahme von vitaminreicher

Kost sowie von viel Flüssigkeit (z. Bsp. 2 Ltr. Pro Tag). Auch der
Aufenthalt und die Bewegung an frischer Luft haben positive Auswirkungen
auf unsere Gesundheit.“

4. Frage, C.L.

Herr Rupprecht, was hilft bei akuter Erkrankung?

„Bei einer akuten Erkrankung wird ein Arztbesuch empfohlen.

Neben körperlicher Schonung und einer gesunden und vitaminreichen
Ernährung kann auf alte Hausmittel z.B. Halswickel, Inhalation mit Salbei oder
Kamille, heiße Getränke mit Honig zurückgegriffen werden, um den
Genesungsprozess zu unterstützen. Bei Fieber und Schmerzen können auch
weitere nicht verschreibungspflichtige und verschreibungspflichtige
Medikamente zum Einsatz kommen.

Vielen Dank und beste Wünsche

Ch. Ruprecht



Arzt und Interviewerinnen

Veranstaltungen	Zeit	Datum
Schwimmen in der Schwimmhalle am Stern	14:00 Uhr	Termine bitte in der Beratungsstelle erfragen
Kegeln in der Sporthalle am Findling	15:00 Uhr	-„-
Gesprächs- und Informationskreis, wechselseitig Spielenachmittag	14:00 Uhr	-„-
JHV Clubhaus Sternzeichen, Galileistr.37 bis 39 14480 Potsdam	10:30 Uhr	15.03.2025
Osterspaziergang		19.04.2025
Inklusionstage		Woche 19, Mai
Sommerreise: Ziel: Misdroy Ostsee (Polen)	Abfahrt: HBF Potsdam 08:00 Uhr	15.05. bis 18.05.2025

Tag der Begegnung		
Clubhaus Sternzeichen, Galileistr.37 bis 39 14480 Potsdam	14:00 Uhr	14.06.2025
Schiffahrt "Weiße Flotte" Abfahrt: Lange Brücke	15:00 bis 17:30 Uhr	25.06.2025 Mittwoch

Die Gesprächs- und Informationskreise und Spielenachmittage finden in der Pietschkerstraße 50, 14480 Potsdam, Straßenbahnhaltestelle Keplerplatz, statt.

Wir bitten Sie für alle Veranstaltungen aus organisatorischen Gründen um Anmeldung in der Beratungsstelle, Telefon: 0331 29 51 84. Alle Termine unter Vorbehalt.

Spenden und Mitgliedsbeiträge erbitten wir auf folgendes Konto des Sozialwerkes Potsdam e.V.:

Berliner Volksbank: DE58 1009 0000 1796 2510 06

