



Grafik: Christine Krahl/fotolia

Liebe Mitglieder,

wieder geht ein Jahr zu Ende, die Weihnachtszeit und der Jahreswechsel stehen vor der Tür. Auch in diesem Jahr konnte der SoVD auf eine erfolgreiche Arbeit zurückblicken.

Der SoVD-Landesverband Mecklenburg-Vorpommern hat sich stark gemacht für die Anliegen seiner Mitglieder. Die berechtigten Forderungen des SoVD nach mehr sozialer Gerechtigkeit werden auch im kommenden Jahr unsere ganze Kraft in Anspruch nehmen. Der Sozialabbau muss gestoppt werden, die vom Verband formulierten Ziele der Renten-, Sozial- und Behindertenpolitik haben nach wie vor größte Bedeutung. Der Kampf für einen Sozialstaat, in dem auch arbeitslose, behinderte und pflegebedürftige Menschen eine Chance haben, wird fortgesetzt. Dazu bedarf es Ihrer Mitarbeit und Ihres Einsatzes bei der Gewinnung neuer Mitglieder. Lassen Sie uns weiter gemeinsam für die Ziele des SoVD mit ganzer Kraft eintreten.

Ich bedanke mich bei allen ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen für ihr großes Engagement in der Sozialberatung und Betreuung unserer Mitglieder.

Unseren Mitgliedern danke ich für ihr Vertrauen und ihre Treue zum SoVD. Ich versichere Ihnen, dass wir auch im kommenden Jahr ein verlässlicher Partner an Ihrer Seite sein werden.

Ich wünsche Ihnen allen ein friedvolles Weihnachtsfest und ein gesundes, erfolgreiches Jahr 2016.

**Helmhold Seidlein**

**Ihr Dr. Helmhold Seidlein,
1. Landesvorsitzender**

Regionalberatungen



Am 12. und am 19. Oktober fanden in Miro und in Schwerin Regionalberatungen statt, in denen die Kreisverbände mit dem Landesverband über aktuelle Probleme sprachen.

SoVD-Landesverband traf sich mit Vertretern der Kreisverbände

Strategien für das neue Jahr

Am 12. und 19. Oktober trafen sich Mitglieder des Landesvorstandes und der Landesgeschäftsführer mit Vertretern aus den Kreisverbänden der Regionen Mecklenburg und Vorpommern zu einem gemeinsamen Erfahrungsaustausch.

Landesvorsitzender Dr. Helmhold Seidlein berichtete ausführlich über die Situation im Landesverband nach der 7. Landesverbandstagung, der ersten Ordentlichen Landesvorstandssitzung und der letzten Bundesvorstandssitzung. Ziele für die laufende Wahlperiode sei die Stärkung des Verbandes durch die Erhöhung seines Bekanntheitsgrades, intensive Betreuung der Mitglieder, erfolgreiche Mitgliedergewinnung und Durchsetzung der sozialpolitischen Forderungen des SoVD. Die drei wichtigsten Säulen dafür seien die Arbeit in den Ortsverbänden, der Sozialpolitik und der Sozial- und Rechtsberatung. Der Sozialpolitische Ausschuss (SPA) ist bestrebt, zur Durch-

setzung der Forderungen des 6. Sozialgipfels einen ständigen Druck auf die Landesregierung auszuüben.

Landesschatzmeister Willi Christ wies u. a. darauf hin, dass die im Landesverband erhobenen Mitgliedsbeiträge nicht erhöht werden. Er gab den Anwesenden nützliche Hinweise zu der in Mecklenburg-Vorpommern eingerichteten Ehrenamtsstiftung und deren Grundsätze für die Vergabe von Fördermitteln.

Die 2. Landesvorsitzende und Landesfrauensprecherin Erika Kannenberg informierte über den Stand der Planungen sowohl für den Equal Pay Day am 19. März 2016 auf dem Marienplatz in Schwerin als auch für die Landesfrauenkonferenz 2016.

Simone Borchardt, Mitglied im SPA und Regionalgeschäftsführerin bei der Barmer GEK Schwerin, sprach über die voraussichtliche Entwicklung des Krankenversicherungsbeitrages im kommenden Jahr und aktuelle Probleme im Zusammenhang mit der Finanzierung der medizinischen Betreuungsleistungen für Zuwanderer.

An den Nachmittagen wurde mit allen Kreisvorsitzenden, -schatzmeistern und -beauftragten über deren Arbeit und aufgetretene Probleme gesprochen.

Zum Schluss bedankte sich Dr. Seidlein für die ausführlichen Diskussionen bei den Teilnehmern und lobte die geleistete Arbeit in den Kreis- und Ortsverbänden.



Medizin kurz erklärt: Arthrose

Beim Verschleißleiden der Gelenke, der Arthrose, kommt es zu einer Schädigung des Gelenkknorpels. Die Dicke des Knorpels, seine Elastizität und seine Pufferwirkung nehmen ab. Die Beweglichkeit und die Belastbarkeit des Gelenkes nimmt ab.

Da ein zerstörter Knorpel nicht wieder aufgebaut werden kann, kommt es darauf an, Prävention zu betreiben. Fehlbelastungen, die den Knorpel schädigen, müssen vermieden werden, Stoffwechselerkrankungen, wie zum Beispiel Gicht, müssen effektiv behandelt werden.

Ein Knorpel lebt von stetiger Bewegung und wechselnder Belastung. Sanfte gleitende Bewegungen haben daher Vorrang gegenüber stoßenden und Spreizbelastungen.

Gelenk- und Rückenschulen werden von allen Krankenkassen angeboten. Präventive Maßnahmen bieten auch gesetzliche Rentenversicherungen und Unfallkassen an.

Therapiemöglichkeiten

Bei Schmerzen im Gelenk, eingeschränkter Beweglichkeit und reduzierter Belastbarkeit ist ein Facharzt für



Foto: JPC-PROD/fotolia

Arthrose tritt im Alter häufig auf. Schmerzen beim Greifen deuten auf Verschleiß in den Fingergelenken hin.

Orthopädie oder für Physikalische und Rehabilitative Medizin der kompetente Ansprechpartner.

Er wählt aus der Vielzahl der Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen diejenigen aus, von denen eine Besserung der aktuellen gesundheitlichen Beeinträchtigungen und auch eine langfristig gute Prognose für das erkrankte Gelenk zu er-

warten ist. Aktive Therapien wie Krankengymnastik und medizinische Trainingstherapie stehen im Vordergrund. Elektrotherapie, medizinische Bäder und weitere Behandlungsarten können eingesetzt werden. Arzneimittel, die ins Gelenk gespritzt werden, können zur Schmerzlinderung und besseren Beweglichkeit führen.

Wie Gelenkschäden vermieden werden, kann am besten im Rahmen einer stationären medizinischen Rehabilitation erlernt werden. Das Erlernete muss vom Patienten dann über lange Zeit weiter angewandt werden.

Operation letzte Wahl

Eine Operation sollte die allerletzte Wahl der Behandlung sein, es sei denn, dadurch können angeborene oder durch Unfälle entstandene Fehlstellungen von Gelenken, die zu frühzeitigem Knorpelverschleiß führen, operativ beseitigt werden. Die heute vielfach durchgeführte Gelenkersatzoperation kommt erst dann zum Einsatz, wenn alle anderen Behandlungsmöglichkeiten ausgeschöpft sind.

Dr. H. Seidlein