

Warmwasser-Gymnastik

Der SoVD-Landesverband Bremen hat für seine Mitglieder wieder einige freie Plätze am Montag, Donnerstag und Freitag. Die Warmwasser-Gymnastik findet bei 32 Grad im Bad des Berufsbildungswerkes Bremen, Universitätsallee 20, in 28359 Bremen, statt.

Weitere Informationen und alle Details zur Anmeldung erhalten Sie in der Landesgeschäftsstelle Bremen, Breitenweg 12, oder unter Telefon: 0421/16384923.

Die Techniker Krankenkasse rät bei Unfällen

Box rettet Kinderzähne

Durchschnittlich jedes zweite Kind verletzt sich einmal im Lauf der ersten 16 Lebensjahre bei Stürzen, Schlägen oder anderen Unfällen an den Zähnen. Mit einer speziellen Rettungsbox für Zähne kann der Zahn oft gerettet werden.

Meist bleibt es bei kleineren Blessuren, wenn Kinder beim Spielen hinfallen oder zusammenstoßen oder beim Raufen einen Schlag abbekommen, aber manchmal sind auch die Zähne betroffen. Was viele nicht wissen: Ein ausgeschlagener Zahn oder auch ein Zahnbruchstück können wieder eingepflanzt werden – vorausgesetzt, der Zahn wird richtig gelagert und samt Kind schnellstmöglich zum Arzt gebracht.

Erste Hilfe für die Zähne bietet eine Zahnrettungsbox, die eine spezielle Flüssigkeit enthält, um den ausgeschlagenen Zahn oder das Zahnstück feucht und steril zu halten. In Notfällen kann der Zahn darin bis zu 48 Stunden „überleben“. Der ausgeschlagene Zahn oder das Bruchstück sollten nur an der Zahnkrone, nicht an der Zahnwurzel angefasst und sofort in die Box gelegt werden – ohne die Teile zu säubern oder zu desinfizieren. Der Patient sollte dann möglichst rasch einen Zahnarzt oder eine Zahnklinik aufsuchen.

Der Rettungsversuch lohnt sich gerade bei Heranwachsenden besonders. Denn solange der Körper noch in der Wachstumsphase ist, kann nur ein Provisorium den fehlenden Zahn ersetzen. Solange sich der Kiefer noch entwickelt, benötigt der junge Patient mindestens alle ein bis zwei Jahre einen neuen, passenden Zahnersatz. Ansonsten kann es zu Kieferfehlstellungen und Sprechschwierigkeiten kommen, die

logopädisch zu behandeln sind. Wird ein Zahn gerettet, erspart dies also den Kindern zusätzliche Belastungen.

Was Eltern, Lehrer und Übungsleiter bei einem Zahnunfall beachten sollten, erklärt der TK-Flyer „Rettungsbox für Zahnunfälle – Schnelle Hilfe bei Verlust von Schneidezähnen“. Der Info-Flyer lässt sich kostenlos im Internet auf der Webseite: www.tk.de herunterladen.

Information

Kreisverband Bremen

Anschrift: Ellhornstraße 35/37, 28195 Bremen. Tel.: 0421/170695 oder 96, Fax: 0421/1654696, E-Mail: kreis-bremen@sovd-hb.de. Sprechstunden: dienstags und freitags 9–12 Uhr, dienstags 14.30–17.30 Uhr. Außerhalb dieser Zeiten nach Vereinbarung.

Landesverband/Landesrechtsabteilung

Anschrift: Breitenweg 12, 28195 Bremen. Tel.: 0421/1638490, Fax: 0421/16384930, E-Mail: info@sovd-hb.de. Sprechstunden: dienstags und freitags 9–12 Uhr, dienstags 14.30–17.30 Uhr. Außerhalb dieser Zeiten nach Vereinbarung.

Kreisverband Bremen-Nord

Anschrift: Lindenstraße 8, 28755 Bremen. Tel.: 0421/664140, Fax: 0421/6580934, E-Mail: kreis-bremen-nord@sovd-hb.de. Sprechstunden: montags bis donnerstags 8–13 Uhr, donnerstags 15–18 Uhr. Außerhalb dieser Zeiten nach telefonischer Absprache.

Kreisverband Bremerhaven

Anschrift: Georgstraße 77, 27570 Bremerhaven. Tel.: 0471/28006, Fax: 0471/1701905, E-Mail: kreis-bremerhaven@sovd-hb.de. Sprechstunden: dienstags und freitags, nur nach Vereinbarung.

Kassierer/-in gesucht

Für den Ortsverband Osterholz suchen wir dringend eine/n ehrenamtliche/n Kassierer/in. Die/Der Kassierer/-in verwaltet die Kasse des Ortsverbandes und führt ordnungsgemäß Buch über alle Einnahmen und Ausgaben. Entsprechende Erfahrungen und Kenntnisse sind von Vorteil, aber keine Bedingung. Qualifizierte Fortbildungen und eine individuelle Einarbeitung stellen sicher, dass Sie Ihre Aufgabe gelassen meistern.

Haben Sie Interesse an einer ehrenamtlichen Tätigkeit, dann wenden Sie sich gerne an die Kreisgeschäftsstelle, Tel.: 0421/170695.

5 Termine in den Kreis- und Ortsverbänden

Kreisverband Bremen-Nord Ortsverband Farge

13. März, 15 Uhr: Mitgliederversammlung.

10. April, 15 Uhr: Mitgliederversammlung.

Ort: Restaurant „Zum grünen Jäger“, Farger Straße 100, 28777 Bremen.

Ortsverband Blumenthal

19. März: Tagesfahrt nach Varel mit Fischessen, Aufenthalt in Dangast am Jadebusen, Info und Auskunft bei Karla Jeschkowsky, Tel.: 606499.

20. März, 15 Uhr: Mitgliederversammlung mit Kaffee und Kuchen.

17. April, 15 Uhr: Mitgliederversammlung mit Kaffee und Kuchen

Ort: Hotel Union.

Ortsverband Lesum

15. März, 15.30 Uhr: Jahreshauptversammlung mit Jubilarehrungen im Lesumer Hof. Gäste sind willkommen.

Kreisverband Bremen Ortsverband Findorff

8. März, 15.30 Uhr: Klön-schnack mit Gisela Bösenberg.

5. April, 15.30 Uhr: Klön-schnack mit Gisela Bösenberg.

13. April, 14.30 Uhr: Mitgliederversammlung.

Ort: Seniorenstift Findorff, Walsroder Str. 1.

Ortsverband Gröpelingen

12. und 19. März: Klön-schnack im Steakhaus „Bei Jasmin“ (früher Turaner), Lissaer Straße 58, 28237 Bremen, Tel.: 47877666.

Ortsverband Habenhausen-Arsten

14. März: Busfahrt nach Hannover-Langenhagen zur Firma Wenatex mit Besichtigung, Erlebnisprogramm u. a., Preis 5 Euro, Abfahrt 8 Uhr bei Puti. Anmeldung und Infos bei Klaus Rahns, Tel.: 04203/3291.

20. März, 15.30 Uhr: Jahreshauptversammlung im Vereinstreff, Bunnsackerweg 28.

17. April, 15.30 Uhr: Klön-schnack.

Ortsverband Horn – Borgfeld – Oberneuland

19. März, 15 Uhr: Ordentliche Mitgliederversammlung/Neuwahlen, Hotel Deutsche Eiche.

7. April: Frühlingfahrt zum

Modezentrum Höinghaus, Anmeldung bei Hella Keller, Tel./Fax: 480353.

Ortsverband Huchting

13. März, 16 Uhr: Jahreshauptversammlung mit Wahlen, Kaffee und Kuchen.

Jeden 2. Mittwoch im Monat (außer August), 15 Uhr: Mitgliederversammlung mit Klön-schnack.

Ort: Klönhof, Nimweger Straße 11.

Ortsverband Neue Vahr – Gartenstadt-Vahr – Sebaldsbrück – Hastedt

28. März, 15.30 Uhr: Infoveranstaltung mit Klön-schnack in „Die Brücke“, Sebaldsbrücker Heerstr. 52, 28309 Bremen.

Besichtigung bei Kaffee Hag. Anmeldungen bei Th. Wolter, Tel.: 6737020 oder ausfluege@sovd-neue-vahr.de.

Ortsverband Osterholz

Jeden 4. Montag im Monat, 15 Uhr: Bastelkreis.

Jeden 3. Montag im Monat, 15 Uhr: Kaffeenachmittag.

Ort: Am Siek 43. Anmeldungen bei Günter Hasselbrack, Tel.: 404805, und Edeltraut

Lehmkuhl, Tel.: 400890.

15. März, 15 Uhr: Jahreshauptversammlung mit Nachwahlen (Schatzmeister, Revisor/-in) in der Begegnungsstätte am Siek 43. Wir bitten um rege Beteiligung und bei Interesse für ein Amt, sich bei uns zu melden.

Ortsverband Neustadt-Grolland

14. März, 18 Uhr: Stammtisch.

9. April, 15 Uhr: Klön-schnack.

19. April: Jahreshauptversammlung.

Ort: Hof's Restaurant (Bus 24 Richtung Rablinghausen, Haltestelle Baakeweg).

Kreisverband Bremerhaven

Ortsverband Geestemünde
13. März, 14.30 Uhr: Klön- und Spielenachmittag.

15. März, 15 Uhr: Jahreshauptversammlung.

Ort: Ernst-Barlach-Haus. Infos bei K. Michaelsen, Tel.: 55222, H. Meyer, Tel.: 503691, und R. Mangels, Tel.: 73545.

Ortsverband Lehe-Mitte

19. März, 15 Uhr: Vortrag

über Schüssler-Salze von Herrn Schultca, Albert-Schweitzer-Apotheke.

4. April, 10.30 Uhr: Kochvorführung im Seefischkochstudio, Preis 20,90 p.P., Treffpunkt vor dem Kochstudio, Anmeldungen unter Tel.: 63560 und 84621.

16. April, 15 Uhr: Jahreshauptversammlung.

Jeden 3. Dienstag im Monat um 15 Uhr: Treffen zum Klön-schnack, Spielenachmittag oder Vortrag von einem Referenten bei Kaffee und Kuchen.

Ort: „Alt Bürgerhaus“, Neulandstraße.

Ortsverband Leherheide

8. März, 15 Uhr: Jahreshauptversammlung mit Ehrungen.

Jeden Mittwoch, 9.30 bis 10.30 Uhr: Gymnastik für Frauen.

Ort: Heidjertreff Leherheide, Hans-Böckler-Straße 47, Bremerhaven.

Ortsverband Wulsdorf

1. März, 15 Uhr: Info-Tag mit Bingo.

5. April, 15 Uhr: Info-Tag mit Jahreshauptversammlung

Ort: Seniorenhus.