



Newsletter Nummer 4 – Vorwort

Liebe Leser und liebe Leserinnen!

1

Hier ist der Newsletter Nummer 4 in Leichter Sprache!

Hier bekommen Sie:

- Neue Nachrichten und
- Angebote aus Mecklenburg-Vorpommern.

Sie erinnern sich:

Eine Arbeits-Gruppe macht den Newsletter.

Die Arbeits-Gruppe möchte gut informieren.

Dies ist ein Lese-Angebot für alle.

Sie möchten die Informationen lieber hören?

Das geht so:

Scannen Sie den QR-Code mit dem Smart-Phone ein.

Ihre Meinung interessiert uns:

Bitte schreiben uns!

Das ist die E-Mail-Adresse:

redaktion-leichte-Sprache@stk.mv-regierung.de

Oder rufen Sie an!

Das ist die Telefon-Nummer: 0385 58 81 04 21

Einige Wörter sind unterstrichen.

Diese Wörter sind im Wörterbuch erklärt.

Das Wörterbuch ist am Ende vom Newsletter.

Wir wünschen viel Spaß mit dem Newsletter Nummer 4!



Newsletter Nummer 4 - Das sind die Themen:



Wir alle müssen Energie sparen

2

Wir erklären:

- Was ist gemeint mit Energie sparen?
- Was ist der Gas-Preis-Deckel?

[Hier bekommen Sie mehr Informationen über:
Wir alle müssen Energie sparen](#)



Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

[Hier bekommen Sie mehr Informationen über:
Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung](#)



Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

[Hier bekommen Sie mehr Informationen über:
die Städte Stralsund und Güstrow](#)

Newsletter Nummer 4 - Das sind die Themen:



Frage-Bogen zum Newsletter

3

Sie können eine Rück-Meldung
zum Newsletter geben.

Wir möchten gerne wissen:

- Wie zufrieden sind Sie mit dem Newsletter?
- Was können wir verbessern?
- Welche Themen wünschen Sie?

[Hier bekommen Sie mehr Informationen über:
den Fragebogen](#)



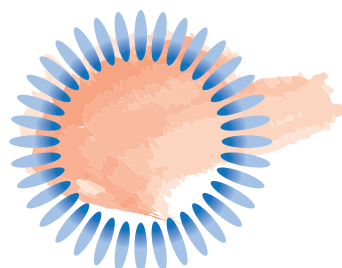
Wir alle müssen Energie sparen

Was ist gemeint mit Energie-Sparen?

4

Sie hören Nachrichten im Radio oder Fernsehen?
In vielen Berichten geht es um das Energie-Sparen.
Energie ist ein anderes Wort für Kraft-Stoffe.
Wir brauchen Kraft-Stoffe für Strom und Heizung.
Oder zum Beispiel:
Autos müssen Kraft-Stoffe tanken.
Und die Industrie braucht viele Kraft-Stoffe.

Ein wichtiger Kraft-Stoff ist Gas.
Jetzt gibt es viel weniger Gas.
Und Gas ist sehr teuer geworden.
Deshalb müssen wir alle Gas sparen.

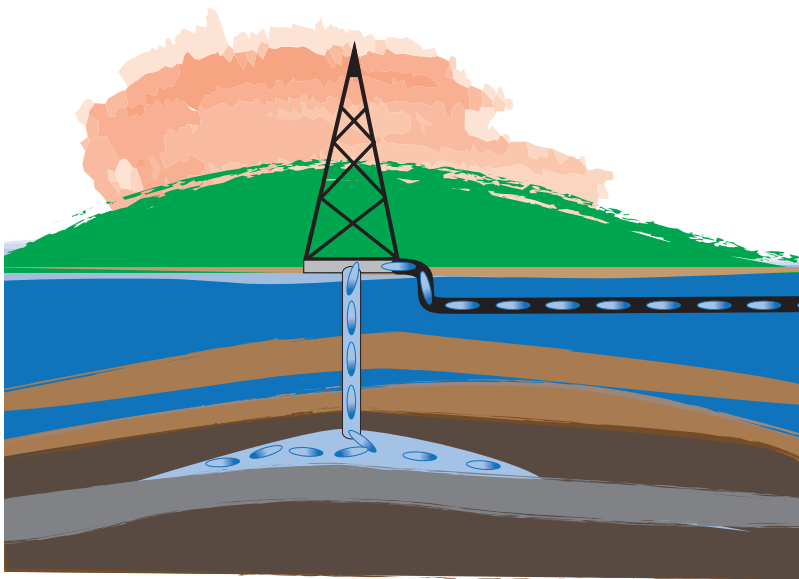


Was ist eigentlich Gas?

Gas ist ein luft-förmiger Stoff in der Natur.
Gas liegt in Stein-Schichten tief unter der Erde.
Das nennen wir: Gas-Vorkommen in der Erde.
Arbeiter holen das Gas mit Bohr-Geräten aus der Erde.
In einigen Ländern gibt es Gebiete mit viel Gas-Vorkommen.
Diese Länder verkaufen das Gas an andere.
Die Verkäufer bestimmen die Kosten.

Wir alle müssen Energie sparen

5

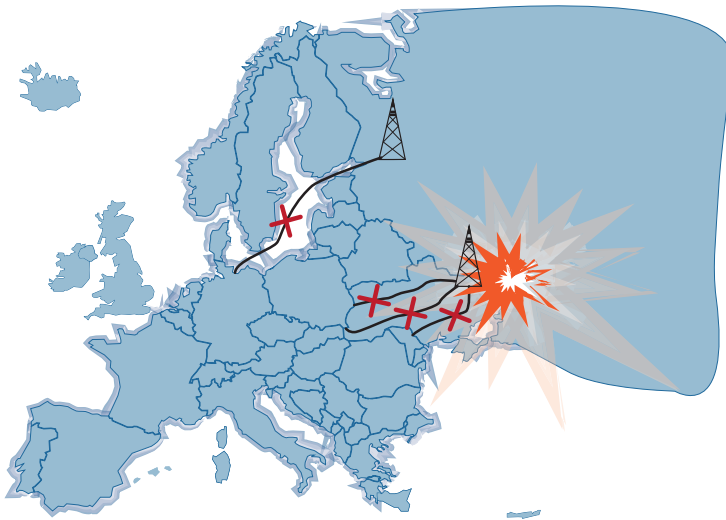


Warum ist Gas jetzt besonders teuer?

Deutschland hat viele Jahre lang sehr viel Gas aus Russland gekauft.
Dann hat Russland die Ukraine überfallen.
Deutschland ist gegen den Krieg.
Deutschland unterstützt die Ukraine.
Wir wollen **nicht** länger abhängig sein von Russland.
Deshalb muss Deutschland das Gas von Russland ersetzen.
Das Gas kommt dann aus anderen Ländern.

Wir alle müssen Energie sparen

6



Aber wir bekommen weniger Gas.
Und wir müssen mehr dafür bezahlen.

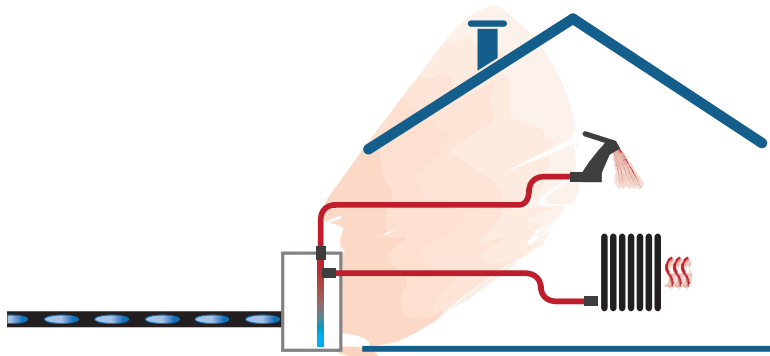
Wir brauchen Gas für Strom und Heizungen

Wir brauchen Strom und Gas für viele Geräte.
Viele Wohnungen und Büros haben Gas-Heizungen.
Auch die Industrie braucht Gas.
Alle müssen das Gas kaufen.

Wir alle müssen Energie sparen

7

Gas-Unternehmen in Deutschland handeln mit Gas.
Zum Beispiel: Die Stadtwerke.
Sie kaufen das Gas aus anderen Ländern.
Und sie verkaufen das Gas weiter
an die Gas-Kunden und Gas-Kundinnen.
Das sind Privat-Haushalte oder Betriebe.



Jetzt gibt es weniger Gas.
Und die Gas-Kosten sind hoch.
Das ist schwierig für alle:

- Die Gas-Unternehmen müssen genug Geld verdienen.
Nur dann können sie zum Beispiel
den Lohn für die Mitarbeitenden bezahlen.

Wir alle müssen Energie sparen

8

- Die Gas-Kunden und Gas-Kundinnen brauchen genug Geld zum Leben.
Sie brauchen zum Beispiel auch genug Geld für Essen und Kleidung.

Was ist der Gas-Preis-Deckel?

Die Politik will die hohen Kosten gerecht verteilen.

Deshalb will die Bundes-Regierung:

Einen **Gas-Preis-Deckel** bestimmen.

Ein anderes Wort dafür ist: **Gas-Preis-Bremse**.

Beides bedeutet:

Die Bundes-Regierung regelt den Gas-Preis.

Sie bestimmt einen Grund-Preis.

Die Gas-Unternehmen dürfen für die Gas-Lieferung nur den Grund-Preis oder weniger Geld fordern.

Die Bundes-Regierung unterstützt auch mit Geld-Hilfen für Gas:

- Privat-Haushalte und
 - Kleine oder mittel-große Betriebe.
-

Wir alle müssen Energie sparen

9

Die Bundes-Regierung gibt dafür einen riesig großen Geld-Betrag: 200 Milliarden Euro. Die Bundes-Regierung macht dann neue Schulden. Der Finanzminister will das Geld später in anderen Jahren wieder einsparen.

Wie will die Politik den Gas-Preis-Deckel regeln?

Eine Experten-Gruppe hat dazu Vorschläge gemacht. Wichtig ist: Alle müssen Gas sparen. Ein Privat-Haushalt verbraucht mehr Gas? Dann soll der Privat-Haushalt auch mehr bezahlen. Das gilt genau so für die Betriebe.

Die Bundes-Regierung hat dann bestimmt: Der Gas-Preis-Deckel soll bald kommen.

Sie bezahlen einen bestimmten Betrag für Gas? Dann müssen Sie den Betrag weiter jeden Monat bezahlen.

Wir alle müssen Energie sparen

10

Ab März 2023 gilt der Gas-Preis-Deckel.
Der Gas-Preis-Deckel soll schon früher gelten:
ab Januar 2023.

Aber: Für Januar und Februar müssen Sie
zunächst den vollen Betrag bezahlen.
Sie bekommen einen Teil von dem Geld
aber im März wieder zurück.

Dann ändert sich der Betrag.
Sie bekommen dann eine Nachricht.
Und Sie bekommen dann auch eine Geld-Rückzahlung:
für die Monate Januar und Februar 2023.
Der Staat will aber im Winter schon unterstützen.
Deshalb zahlt der Staat ein Extra-Geld:
Der Staat übernimmt die Kosten für Gas und Fernwärme.

Fernwärme bedeutet:
Die Heizungs-Wärme entsteht in der Ferne.
Zum Beispiel: in einem Heiz-Kraftwerk.
Erd-Rohre bringen die Wärme dann in die Häuser.

Das bedeutet für Sie:
Sie zahlen Gas-Kosten für den Monat Dezember 2022?
Dann bekommen Sie diesen Betrag später zurück.

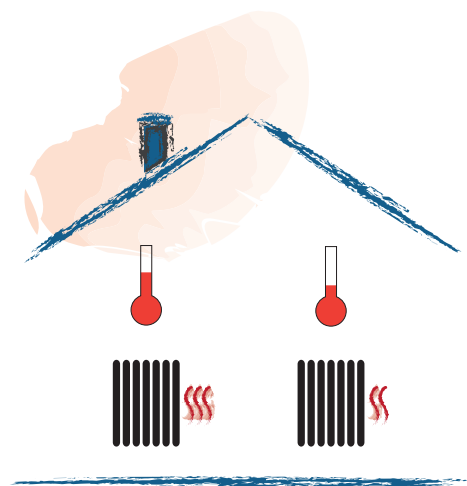
Wir alle müssen Energie sparen

Was bedeutet der Gas-Preis-Deckel für Sie als Privat-Person?

11

Sie sind Gas-Kunde oder Gas-Kundin?
Dann ändern sich die Regelungen für den Gas-Preis.
Lesen Sie deshalb hier über **Gas-Verbrauch** und **Grundpreis**!

Die Gas-Kunden und Gas-Kundinnen kaufen
verschieden viel Gas.
Alle haben mehr oder weniger Gas-Verbrauch.
Zum Beispiel:
Manche heizen mehr.
Deshalb verbrauchen manche mehr Gas für die Heizung.



Wir alle müssen Energie sparen

12

Die Gas-Unternehmen messen den Gas-Verbrauch.
Sie berechnen den Gas-Verbrauch in Gas-Einheiten.
Eine Gas-Einheit heißt: Kilo-Watt-Stunde.
Der Gas-Verbrauch von einem Privat-Haushalt
sind viele Kilo-Watt-Stunden Gas im Monat.
Jede Kilo-Watt-Stunde kostet einen bestimmten Preis.
So berechnen die Gas-Unternehmen die Gas-Kosten.

So erklären wir den Gas-Preis-Deckel:

Der Gas-Preis-Deckel bedeutet:
Es gibt einen Grund-Preis für Gas.
Der Grund-Preis kostet 12 Cent für jede Gas-Einheit.
Der Grund-Preis ist gleich für alle Privat-Haushalte.

Der Grund-Preis gilt für eine bestimmte Menge Gas.
Diese Menge nennen wir Grund-Verbrauch.
Das ist für Sie wichtig:
Sie verbrauchen den Grund-Verbrauch oder weniger Gas?
Dann bezahlen Sie den Grund-Preis.
Sie verbrauchen mehr Gas?
Dann kostet jede Gas-Einheit mehr Geld!

Wir alle müssen Energie sparen

Wie hoch ist der Grund-Verbrauch?

13

Das ist verschieden.

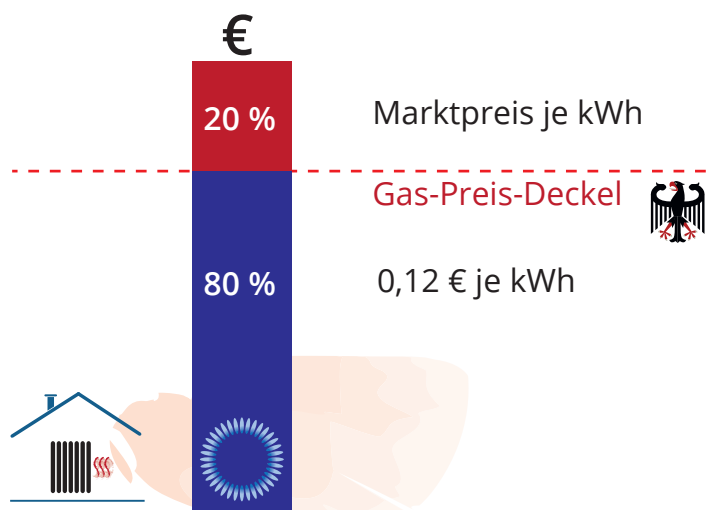
Ein Gas-Unternehmen berechnet den Grund-Verbrauch so:

Es bewertet den Gas-Verbrauch vom Jahr 2021.

Es berechnet davon 80 Prozent.

Das sind immer 8 von 10 Gas-Einheiten.

Das ist der Grund-Verbrauch.



Ein Beispiel:

Eine Privat-Person hat 1.000 Gas-Einheiten verbraucht im Jahr 2021.

Das sind 1.000 Kilo-Watt-Stunden.

80 Prozent davon sind 800 Kilo-Watt-Stunden.

Der Grund-Preis von 12 Cent gilt dann:

Für bis zu 800 Kilo-Watt-Stunden Gas.

Wir alle müssen Energie sparen

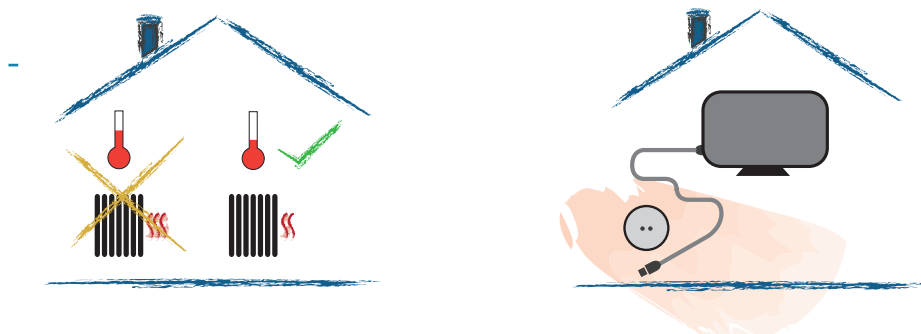
14

Die Privat-Person verbraucht
mehr als 800 Kilo-Watt-Stunden?
Dann gilt der Grund-Preis nicht mehr:
Dann kostet jede Kilo-Watt Stunde Gas mehr Geld.
Das kann teuer sein.
Wichtig ist:
Alle müssen Gas sparen.

Wir alle können Energie sparen.

Wir können viel Energie sparen.
Wie können Sie Energie sparen?
Hier bekommen Sie Tipps:

<http://bit.ly/3AgWxoW>



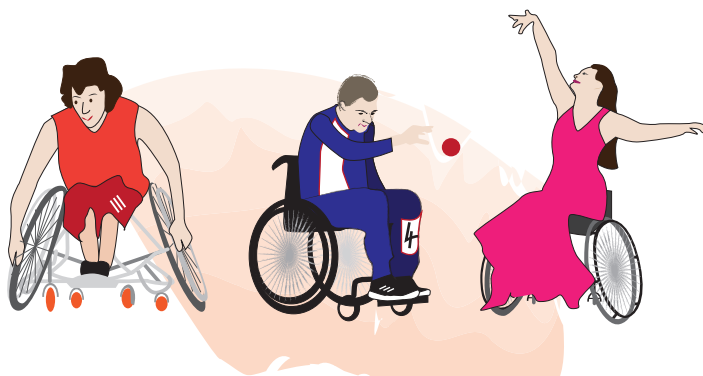


Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

Sport ist für alle Menschen gut.

15

Sport ist gut für die Gesundheit.
Sport entspannt den Menschen.
Sport stärkt das Selbst-Bewusstsein.
Viele Sport-Arten fördern das Mit-einander.
Im Sport ist jeder Mensch wichtig.
Jede Leistung ist ein Erfolg!



Menschen mit und ohne Behinderung können gleich gut Sport machen.

Einige Sportler und Sportlerinnen mit Behinderung
haben Erfolg in Wettkämpfen.
Viele andere haben Spaß beim Freizeit-Sport.
Wir empfehlen:
Probieren Sie einen Sport aus!
Haben Sie Selbst-Vertrauen!

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

16

Sportler und Sportlerinnen brauchen manchmal Geduld:
Am Anfang ist der Sport anstrengend.
Aber es kann immer besser werden.
Und dann spürt der Sportler oder die Sportlerin
jedes Mal einen kleinen Erfolg.

Es gibt viele Hilfsmittel für Sportler und Sportlerinnen mit Behinderung.

Zum Beispiel:
Es gibt einen besonderen Rollstuhl.
Es gibt auch einen besonderen Ball für blinde Menschen:
In dem Ball klingeln kleine Glöckchen.
Das können viele Menschen hören.

Sie können sich für einen Sport entscheiden.

Sport-Vereine in Mecklenburg-Vorpommern haben
Angebote für Sportler und Sportlerinnen mit Behinderung.
Die Sport-Vereine bieten 23 verschiedene Sport-Arten an.
An verschiedenen Orten gibt es verschiedene Angebote.

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

17

Einige Beispiele:

- Rollstuhl-Tanzen.

- Schwimmen.

- Segeln.

- **Rollstuhl-Basketball:**

Das ist ein Mannschafts-Spiel mit Ball.

Alle Spieler und Spielerinnen sind im Rollstuhl.

- **Rollstuhl-Boccia:**

Das ist ein Wurf-Spiel mit kleinen Bällen.

Jeder Spieler und jede Spielerin hat 2 kleine Bälle.

Ein weiterer Ball ist das Ziel.

Die Spieler und Spielerinnen müssen die Bälle
möglichst nah an das Ziel werfen.

- **Leichtathletik:**

Man spricht das Wort: Leicht-ath-le-tik.

Dazu gehören verschiedene Sportarten.

Zum Beispiel:

- Weitsprung.
 - Kugelstoßen.
-

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

18

✧ Speer-Werfen.

✧ Diskus-Werfen.

Ein Diskus ist eine schwere Scheibe aus Metall.

✧ Rollstuhl-Rennen.

✧ Laufen.

Dabei sind auch Läufer und Läuferinnen
mit Gelenk-Prothesen.

Eine Prothese ist ein passendes Ersatz-Teil.

Zum Beispiel:

Ein künstliches Bein oder ein künstlicher Arm.

Ein besonderer Sport-Verein ist: Special Olympics.

Man spricht den englischen Namen: S-peschel Olümpiks.

Special Olympics ist ein welt-weiter Sport-Verband.

Die Mitglieder-Vereine machen Sport-Angebote

für Menschen mit geistiger Behinderung

und für Menschen mit mehrfacher Behinderung.

Diese Menschen sollen mehr Sport-Angebote haben.

Special Olympics in Mecklenburg-Vorpommern ist neu.

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

Das Ziel von Special Olympics ist:

19

Alle sollen selbst einen Sport auswählen können.
Frau Stefanie Drese ist die Ministerin für Sport in M-V.
Sie hat gesagt:
Special Olympics ist großer Fortschritt
für die Menschen mit Behinderung.

Sie haben Fragen?

Die Ansprech-Person ist Matthias Auth.
Die E-Mail-Adresse ist: Matthias.Auth@mv.special-olympics.de
Die Telefon- Nummer ist: 0160 – 63 67 012

Die Post-Adresse ist beim
Landesverband der Lebenshilfe M-V:
Wismarsche Straße 306
19055 Schwerin

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

Sport-Wettbewerbe für Menschen mit Behinderung

20

Der Sport-Verband Special Olympics macht
Sport-Veranstaltungen für Menschen mit Behinderung:
In ganz Deutschland.

Bald soll es mehr Angebote in M-V geben.
Bei einigen Sport-Arten sind
Menschen mit und ohne Behinderung als Team dabei.
Zum Beispiel: Beim Rad-Sport.

Special Olympics national ist
ein deutschland-weiter Sport-Wettbewerb.
In diesem Sommer war der Wettbewerb in Berlin.
Es gab Wettkämpfe in 20 verschiedenen Sport-Arten.
4.000 Sportler und Sportlerinnen haben sich beteiligt.
20 Teilnehmende aus M-V waren dabei.



Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

Welt-weite Wettbewerbe für Sportler und Sportlerinnen mit Behinderung.

21

Im nächsten Jahr ist in Berlin ein welt-weiter Wettbewerb:
Special Olympics World Games Berlin 2023.
Man spricht das: Speschel Olümpiks World Geems.
Dann kommen Sportler und Sportlerinnen aus vielen Ländern.
Die Stadt Stralsund ist dann Gastgeberin für
die Sportler und Sportlerinnen aus dem Land Türkei.

Paralympics ist die Olympiade für Sportler und Sportlerinnen mit Behinderung.

Man spricht den Namen: para-lümpiks.
Man kann auch sagen: Die para-lympischen Spiele.
Im letzten Jahr 2021 waren die Paralympics in Japan.
134 Teilnehmende aus Deutschland waren dabei.
Teilnehmende aus Mecklenburg-Vorpommern waren
in verschiedenen Sport-Arten erfolgreich.
Im Jahr 2024 sind die nächsten Paralympics:
In der Stadt Paris in Frankreich.

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

Rollstuhl-Basketball in Mecklenburg-Vorpommern

22

Rollstuhl-Basketball spielen
Menschen mit und ohne Behinderung.
Sie spielen manchmal auch zusammen.
Die Spieler und Spielerinnen haben
besondere Sport-Rollstühle.



Basket-Ball ist ein Mannschafts-Spiel.
In jeder Mannschaft sind 5 Spieler oder Spielerinnen.
Beide Mannschaften spielen gemeinsam mit einem Ball.

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

23

Das Wort Basket bedeutet Korb.
2 Baskets sind die Tore.
Sie hängen über Kopf-Höhe.
Das Ziel im Spiel ist:
Die Mannschaften müssen den Ball
in die Baskets werfen.

Rollstuhl-Basketball bieten Sport-Vereine in:

- Schwerin
- Greifswald
- Rostock

Die 3 Vereine waren im Juni 2022 bei
den Landes-Meisterschaften in Greifswald.
Greifswald wurde Landes-Meister.
Die Vereine haben auch Nachwuchs-Mannschaften
für jüngere Sportler und Sportlerinnen.

Sie interessieren sich besonders für Rollstuhl-Basketball?
Die Ansprechperson in M-V ist: Jens Müller
Die E-Mail-Adresse ist: jm-rostock@web.de
Die Telefon-Nummer ist: 0172 – 97 79 357

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

24

Der Polizei-Sportverein Rostock bietet
Spaß und Freude am Rollstuhl-Basketball:
Sie können mit-machen.
Sie können gegen andere Mannschaften spielen.
Sie können auch bei Wettkämpfen zuschauen.
Die Spiele sind in Rostock.
Die Sporthalle heißt: OSPA Arena.
Hier können Sie sich mehr informieren:
E-Mail: office@psv-rostock.de

Deutschland hat auch eine National-Mannschaft
für Rollstuhl-Basketball.
Die Mannschaft startet bei welt-weiten Wettkämpfen.

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

Was ist Rollstuhl-Boccia?

25

Man spricht den Namen: Bodschja.

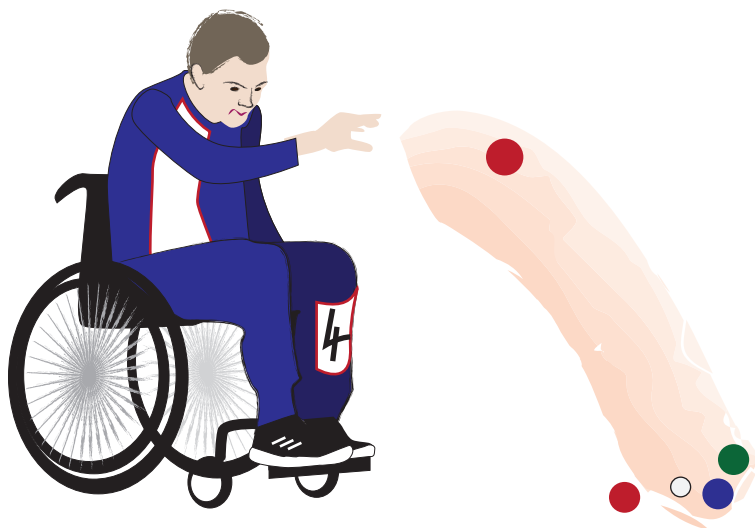
Boccia kann jeder Mann und jede Frau spielen:

Auch Menschen mit sehr wenig Bewegungs-Fähigkeit.

Männer und Frauen spielen gemeinsam.

Es gibt die Möglichkeiten:

- Jeder und jede spielt als Einzel-Person.
- Immer 2 Spieler oder Spielerinnen spielen als Mannschaft.
- Mannschaften spielen mit 3 Mitgliedern.



Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

26

Jeder Spieler und jede Spielerin hat kleine Kugeln.

Alle müssen auf ein Ziel werfen.

Das Ziel ist eine sehr kleine Kugel.

Die Spieler und Spielerinnen müssen gut zielen.

Sie können ihre Bälle:

- werfen
- rollen
- mit den Füßen bewegen
- über eine Rampe rollen lassen

Mecklenburg-Vorpommern hat eine sehr gute

Boccia-Spielerin im Rollstuhl.

Sie hatte mehrmals den 2. Platz bei wichtigen Wettkämpfen.

Die Ansprech-Person für Rollstuhl-Boccia ist: Dirk Möller

Die E-Mail-Adresse ist: amoedi@web.de

Die Telefon-Nummer ist: 0162 – 33 30 17 2

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

Was ist Rollstuhl-Tanzen?

27

Das ist ein Sport mit vielen Möglichkeiten.
Es gibt einzelne Teilnehmende oder Paar-Tanzende.
2 oder mehr Paare können auch zusammen tanzen.

Beim Tanzen geht es um Musik und Gefühl.
Beim Rollstuhl-Tanzen werden die Räder
zur Musik gedreht oder gekippt.
Und manchmal schnell gestoppt.
Es gibt ruhige Tanz-Feste und wilde Discos.



Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

28

Tanz-Sport für Menschen mit Behinderung gibt es in:

- Neubrandenburg
- Greifswald
- Parchim und
- Rostock.

Die Ansprech-Person für Tanzsport in M-V ist: Katharina Lippke

Die E-Mail-Adresse ist: k.priok@gmx.de

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

Es gibt noch viel mehr Sport-Möglichkeiten.

29

Für jeden und jede ist etwas dabei.

Und Sport-Vereine in vielen Orten haben Angebote.

Wo können Sie sich informieren?

- **Bei Special Olympics.**

Hier steht nochmal die Adresse:

Die Ansprech-Person ist: Matthias Auth.

Die E-Mail-Adresse ist:

Matthias.Auth@mv.special-olympics.de

Die Telefon-Nummer ist: 0160 – 63 67 012

Die Post-Adresse ist beim

Landesverband der Lebenshilfe M-V:

Wismarsche Straße 306

19055 Schwerin

Sport-Angebote für Menschen mit Behinderung

30

- **Beim VBRS M-V e.V.**

Der Name ist die Abkürzung für:

Verband für **B**ehinderten-Sport und **R**ehabilitations-**S**port
in Mecklenburg-Vorpommern.

Der VBRS M-V kennt Angebote für den Behinderten-Sport.

Die Sport-Vereine tauschen sich aus im VBRS M-V.

Das ist die Adresse:

Die E-Mail-Adresse ist: kontakt@vbrs-mv.de

Die Telefon-Nummer ist: 0381 - 72 17 51

Die Post-Adresse ist:

VBRS M-V e.V.

Kopernikus-Straße. 17 a



Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen: Die Städte Stralsund und Güstrow

31

Wir stellen 2 Städte vor:
Die Städte Stralsund und Güstrow.
Sie können dort viel entdecken.

Beide Städte sind schon viele 100 Jahre alt.
Sie können alte Häuser und Kirchen sehen.
Stralsund hat eine alte Stadtmauer
mit 2 Stadt-Toren.
Güstrow hat ein Schloss.
Sie können in ein Museum gehen:
Jedes Museum bietet andere Informationen.
Und Sie können in der Umgebung viel unternehmen.

Beide Städte haben die Anerkennung:

- Reisen für Alle oder
- **Tourismus** für Alle.

Das bedeutet:

Die Städte haben gute Angebote
für Menschen mit Behinderung.
Für alle Menschen ist etwas dabei.
Experten haben die **Barriere-Freiheit** geprüft.

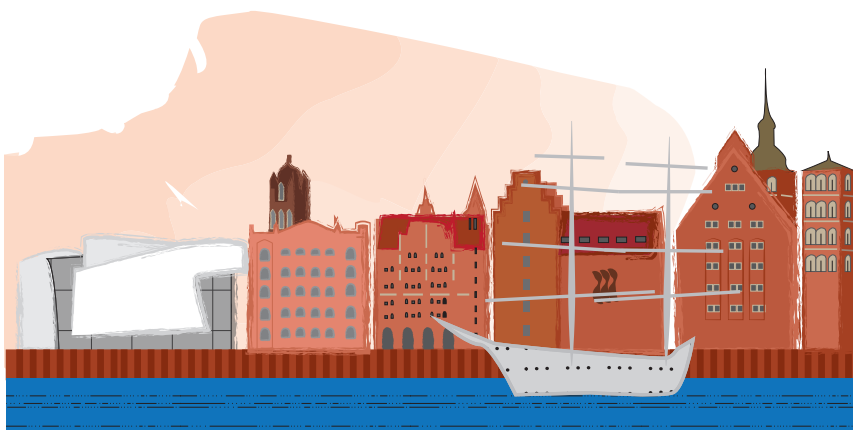


Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Die Stadt Stralsund.

32

Die Stadt Stralsund will die Barriere-Freiheit
immer weiter verbessern.
Deshalb bewertet die Stadt auch selbst.
Geschäfte oder Einrichtungen sind barriere-frei?
Dann bekommen sie eine kleine Plakette.
Das ist ein rotes Schild mit
einem bestimmten Bild-Zeichen.
Auf dem Schild steht: barriere-frei.
Fast 100 Geschäfte und Einrichtungen
haben die Bewertung: barriere-frei.



Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Stralsund ist die älteste Stadt in Vorpommern.

33

Stralsund liegt an der Ostsee.
Das war schon früher eine sehr gute Lage.
Die Menschen konnten vom Land in die Stadt kommen.
Und sie konnten mit Schiffen über das Meer fahren.
Die Schiffe sind in die Welt hinaus gefahren.

Stralsund hatte Partner-Städte:
An der Ostsee und in anderen Ländern.
Das waren die Hanse-Städte.
Deshalb heißt es noch heute:
Hanse-Stadt Stralsund.

Die Schiffs-Leute haben Sachen aus Stralsund
in anderen Ländern verkauft.
So sind die Menschen in Stralsund reich geworden.
Und sie haben schöne Häuser gebaut.

Viele alte Häuser stehen noch heute in Stralsund.
800 Häuser in Stralsund sind geschützt.
Dazu gehören 3 alte Kirchen.
Wir erleben in Stralsund:
So haben die Menschen früher gebaut.
Deshalb ist die Stadt besonders.

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

34

Stralsund hat deshalb auch eine Urkunde bekommen:

UNESCO Welt-Kultur-Erbe.

UNESCO ist die Abkürzung für
eine welt-weite Kultur-Förderung.

Die Regierungen von sehr vielen Ländern
unterstützen die Arbeit der UNESCO.

Die Städte Stralsund und Wismar haben
zusammen die Urkunde bekommen.

Viele Menschen von heute sind gerne
in den alten Städten.

Entdecken Sie die Stadt Stralsund!

**Ein Stadt-Rundgang ist
ohne Hindernisse möglich.**

Es gibt das Info-Heft:

Barriere-frei unterwegs in Stralsund.

Sie bekommen das Info-Heft beim Touristen-Büro.

Oder Sie können das Info-Heft im Internet lesen.

<https://lmy.de/YLpz1>

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

35

In dem Info-Heft ist auch ein Stadtplan.
Die Wege im Stadtplan
sind rot und blau gezeichnet.
Die Wege in den Straßen der Altstadt
haben auch rote und blaue Zeichen:



- Wege mit blauen Linien sind gut für Menschen im Rollstuhl und für Menschen mit Hör-Behinderung.
- Wege mit roten Linien sind gut für Menschen mit Seh-Behinderung.
- Wege mit Strich-Linien sind barriere-arm. Die Wege sind nicht für alle Menschen gut.

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

36

An vielen Stellen in Stralsund sind Info-Säulen
mit Bildern und Texten zum Lesen.
Dort bekommen Sie interessante Informationen.

Auf dem Alten Markt steht ein Stadt-Modell.
Menschen mit Seh-Behinderung können das fühlen.

Sie möchten einen Spaziergang am Meer entlang machen?
Das geht auf der Sund-Promenade.
Sie kommen dann an den Ausflugs-Schiffen vorbei.

Ein besonderes Museum: Das Deutsche Meeres-Museum

Das gibt es in Stralsund:
Ein großes Museum informiert über

- die Welt-Meere und
- über das Leben in den Meeren:
Tiere und Pflanzen unter Wasser.

Das Museum zeigt riesen-große Fische.
Das Museum zeigt Formen in Lebens-Größe.
Zum Beispiel: Wale.

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

37

Das Museum informiert auch:

Die Meere sind bedroht.

Wir Menschen müssen die Meere schützen.

Das ist wichtig für das Klima.

Und für das Leben der Menschen.

Zu dem Museum gehören 2 Häuser:

- Das Ozeaneum.

Man spricht den Namen: o-ze-a-ne-um.

Das ist ein modernes Haus.

Das Ozeaneum ist sehr groß.

- Und das Haus am Katharinenberg.

Das ist ein sehr altes Haus.

Dieses Haus wird umgebaut.

Deshalb ist das alte Haus geschlossen.

Was kostet der Eintritt?

- Für Erwachsene: 17 Euro.
 - Für Menschen mit Schwerbehinderung: 12 Euro.
 - Für Kinder ab 3 Jahren: 7 Euro.
Für Kinder, die ohne Eltern kommen: 8 Euro.
-

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

38

Das Museum ist beliebt.
Deshalb empfehlen wir:
Kaufen Sie die Eintrittskarten vorher im Internet.
Das ist die Internet-Adresse:
www.ozeaneum.de

Wann ist das Ozeaneum offen?

Jeden Tag von 10 Uhr bis 17 Uhr.
Nur am 24. Dezember ist geschlossen.

Das Ozeaneum hat viele Angebote für Gäste mit Behinderungen.

Sie haben Fragen?
Hier können Sie sich informieren:

- Im Internet: www.ozeaneum.de
Die Internet-Seite zeigt auch Bilder.
- Mit E-Mail: info@meeresmuseum.de
- Mit Telefon: 03831 - 26 50 610

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Das Stralsund-Museum

39

Auch das ist ein interessantes Museum.
Auch dieses Museum hat viele Angebote
für Menschen mit Behinderungen.
Zu dem Museum gehören alte Häuser.
Alle erzählen Geschichten:
Wie die Menschen früher am Meer gelebt haben.

Wann sind die Häuser offen?

Dienstag bis Sonntag von 10 Uhr bis 17 Uhr.
Hier finden Sie mehr Informationen:

- Im Internet: www.stralsund-museum.de
- Mit E-Mail: museum@stralsund.de
- Mit Telefon: 03831 – 25 36 00

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Der Zoo von Stralsund

40

Der Zoo ist ein Natur-Park.
Es gibt einen barriere-freien Rundweg.
Und besondere Angebote für alle Gäste.

Hier finden Sie mehr Informationen:

- Im Internet: www.stralsund.de/zoo
- Mit E-Mail: zoo-verwaltung@stralsund.de
- Mit Telefon: 03831 – 25 25 34 81

Das Erlebnis-Schwimmbad HanseDom

Das Schwimmbad bietet viel Spaß für Alle.
Schwimmbad und Sauna sind barriere-arm.
Das heißt:
Es gibt wenige Einschränkungen.
Sie können einen Rollstuhl leihen.
Sie haben einen Schwerbehinderten-Ausweis?
Sie haben auch das Merk-Zeichen: B oder AG?
Dann können Sie eine Begleit-Person mit-bringen.
Die Begleit-Person ist dann kosten-frei.

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Was kostet der Eintritt?

41

Das ist verschieden.
Bitte informieren Sie sich im Internet.
Oder fragen Sie nach.

Wann ist der HanseDom offen?

Dienstag bis Sonntag von 11 Uhr bis 20 Uhr.
Hier bekommen Sie mehr Informationen:

- Im Internet: www.hansedom.de
- Mit E-Mail: info@hansedom.de
- Mit Telefon: 03831 – 37 330

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Wie kommen Sie nach Stralsund?

42

Sie können gut mit der Bahn anreisen.

Der Hauptbahnhof ist barriere-frei.

Die Busse sind modern.

Menschen mit Behinderung können gut einsteigen.

Sie reisen in einer Gruppe?

Dann melden Sie sich bitte vorher an.

Sie können die App benutzen:

MV fährt gut.

Hier bekommen Sie Informationen:

www.vmv-mbh.de/fahrplanauskunft-mv-de-vmvsl3plus-triplngde/

Weitere Infos zur App stehen im Newsletter 3.



Es gibt Fahrdienste und Taxis.

Infos dazu stehen im Info-Heft:

Barriere-frei unterwegs in Stralsund.

Wo können Sie barriere-frei übernachten?

Angebote stehen im Info-Heft:

Barriere-frei unterwegs in Stralsund.

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Angebote in der Umgebung von Stralsund

43

Sie können Ausflüge mit Schiffen machen.
Zum Beispiel auf die Insel Rügen
oder auf die Insel Hiddensee.
Die Schiffe fahren regelmäßig.
Die Schiffe sind barriere-frei.

Wo bekommen Sie mehr Informationen?

Bei der **Tourismus-Zentrale:**

Alter Markt 9

18439 Stralsund

Telefon: 0 38 31 – 25 23 40

E-Mail: info@stralsundtourismus.de

Internet: www.stralsundtourismus.de

Info-Heft und Stadtplan im Internet:

<https://lmy.de/YLpz1>

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Die Stadt Güstrow.

44

Die Stadt Güstrow ist fast 800 Jahre alt.
2 schöne Kirchen sind auch schon so alt:

- Die Heilig-Geist-Kirche und
- der große Dom.



Beide Kirchen können Menschen im Rollstuhl gut besuchen.
Die Heilig-Geist-Kirche hat technische Hilfsmittel
für Menschen mit Hörgeräten.
Im Heilig-Geist-Spital ist ein Museum:
Dort können Sie 350 Weihnachts-Krippen sehen!

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

45

Das Schloss Güstrow ist mehr als 450 Jahre alt.
Hinter dem Schloss ist ein schöner Park.

Die Wollhalle war zuerst der Pferdestall vom Schloss.
Später wurde dort Wolle verkauft.
Heute ist dort ein Kunst-Museum.
Das Museum hat barriere-freie Angebote
für Menschen im Rollstuhl.

Es gibt in Güstrow
schöne Häuser aus alten Zeiten.
Einige Häuser haben interessante Geschichten.
In einem Haus war eine der ersten Schulen von Deutschland.
Ein anderes Haus war ein
bedeutendes Gerichts-Gebäude.

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

46

Güstrow heißt auch Barlach-Stadt.
Vor 100 Jahren hat **Ernst Barlach**
in Güstrow gelebt.
Er war ein berühmter Künstler.
Er hat Bücher geschrieben.
Und er war Bildhauer:
Er hat Figuren von Menschen hergestellt.
Solche Figuren nennt man Plastiken.
Die Plastiken von Ernst Barlach
sind wunderschön.
Eine welt-berühmte Plastik
hängt im Dom von Güstrow.
Die Plastik heißt: Der Schwebende.



Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

47

Sie können weitere Kunstwerke von Ernst Barlach bewundern:

Im Museum Ernst-Barlach-Stiftung
und in der Gertruden-Kapelle.

Beide Einrichtungen sind barriere-frei:

- Für Menschen im Rollstuhl
- und für Menschen mit Seh-Behinderung.

Die Bücherhalle von Güstrow hat
barriere-freie Kultur-Angebote:
Bücher, Musik und viel mehr.

Ein Besuch lohnt sich.

Die Bücherhalle heißt:

Uwe Johnson-Bibliothek.

Uwe Johnson war ein welt-berühmter Autor.

Er hatte in seiner Jugend in Güstrow gelebt.

Sie möchten eine Pause machen?

Es gibt schöne Cafés und Restaurants.
Zum Beispiel: Beim Rathaus am Markt.
Einige Restaurants haben
Speisekarten für blinde Gäste.
Blinde können die Schrift fühlen.

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Sie möchten eine Stadt-Führung machen?

48

Viele Wege sind barriere-frei.
Sie können auch eine Strecke
mit dem Stadt-Bus fahren.
Jeder Stadt-Bus hat eine Rampe
für Rollstühle oder Rollatoren.

Es gibt eine Audio-Führung in Güstrow.
Das sind Stadt-Beschreibungen zum Hören
für Menschen mit Seh-Behinderung.
Audio ist ein Fremdwort für das Hören.
Die Audio-Führung ist eine **App**.
Sie können die App auf Ihr Handy laden.
Sie wünschen eine Audio-Führung?
Dann fragen Sie bitte bei der Güstrow-Information.
Das ist das **Touristen-Büro**.

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Wie kommen Sie nach Güstrow?

49

Güstrow ist mitten in Mecklenburg.
Sie können mit der Bahn nach Güstrow kommen.
Der Bahnhof ist barriere-frei
für Menschen im Rollstuhl.
Am Bahnhof sind Tast-Hilfen
für Menschen mit Seh-Behinderung.
Vom Bahnhof fahren Stadt-Busse.

Wo können Sie barriere-frei übernachten?

Eine Internet-Seite informiert über
Angebote für barriere-freies Reisen:
www.wato.de

Die Internet-Seite nennt 2 Möglichkeiten
für barriere-freies Übernachten in Güstrow:

- Das Haus der Kirche und
- das Hotel Kurhaus am Inselsee.

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Angebote in der Umgebung von Güstrow

50

Die **Oase** ist ein Schwimmbad mit Sauna.
Alle Wege im Schwimmbad sind breit genug
für Menschen im Rollstuhl.

In der Nähe ist der **Wildpark Güstrow**.
Dort gibt es zum Beispiel Bären und Wölfe.
Mehr dazu steht im Newsletter 2.
<https://www.regierung-mv.de/Leichte-Sprache/Newsletter-2#barrierefrei>



Der Fluss in Güstrow heißt: Nebel.
In dem Fluss sind viele Fische.
Deshalb kann man dort gut angeln.

Es gibt 5 Seen in der Nähe.
Der Insel-See ist der größte See.
Sie können einen Boots-Ausflug machen.

Stadt-Besuche für Menschen mit Behinderungen

Sie lieben Pferde?

51

Dann können Sie das Gestüt Ganschow besuchen.
Ein Gestüt ist ein Betrieb für Pferde-Zucht.
Dort gibt es etwa 350 Pferde
und etwa 70 Fohlen.
Das Gestüt bietet Fahrten mit einer Kutsche an.

Die Güstrow-Gäste-Card

Die Gäste-Card kostet 1,50 Euro.
Sie kaufen die Gäste-Card?
Dann bekommen Sie viele günstige Angebote:

- Für Eintritts-Karten.
- In Geschäften.
- In Restaurants.

Die Gäste-Card bekommen Sie bei der Güstrow- Information.

Wo bekommen Sie mehr Informationen?

Beim **Büro der Güstrow-Information:**

18273 Barlachstadt Güstrow

Franz - Parr - Platz 10

Telefon: 0 38 43 - 68 10 23

E-Mail: info@guestrow-tourismus.de



Frage-Bogen zum Newsletter in Leichter Sprache

Liebe Leser und Leserinnen vom Newsletter in Leichter Sprache

52

Sie haben den Newsletter in Leichter Sprache
gelesen oder gehört?

Dann möchten wir gerne wissen:

Wie zufrieden sind Sie
mit dem Newsletter in Leichter Sprache?

Was können wir verbessern?

Deshalb machen wir eine kurze Befragung.

Bitte drucken Sie den Frage-Bogen.

[Link zum Fragebogen mit Druckoption](#)

Danach können Sie den Frage-Bogen ausfüllen.

Es dauert nicht lange.

Man kann keine Fehler machen.

Wir möchten gern Ihre Meinung wissen.

So antworten Sie:

Kreuzen Sie immer Ihre Meinung an.

Das Ausfüllen von dem Frage-Bogen ist freiwillig.

Sie müssen das **nicht** machen.

Frage-Bogen zum Newsletter in Leichter Sprache

53

Wenn Sie den Frage-Bogen aus-füllen:

Dann bleibt Ihr Name geheim.

Niemand weiß:

Das haben Sie geantwortet.

Sie haben den Frage-Bogen beantwortet?

Dann schicken Sie den Frage-Bogen zurück:

Post-Adresse:

Staatskanzlei Mecklenburg-Vorpommern

Herr Buck

Schloßstraße 2-4

19053 Schwerin

Oder E-Mail:

redaktion-leichte-Sprache@stk.mv-regierung.de

Frage-Bogen zum Newsletter in Leichter Sprache

Warum machen wir die Befragung?

54

Wir wollen den Newsletter in Leichter Sprache noch besser machen.

Dafür müssen wir wissen:

Diese Informationen vom Newsletter sind gut.

Und: Diese Informationen vom Newsletter sind nicht gut.

Alle ausgefüllten Frage-Bögen bekommt die Arbeits-Gruppe vom Newsletter in Leichter Sprache.

Sie sammelt alle Antworten.

Sie prüft:

Was können wir besser machen?



Wörterbuch

55

App:

Der Name kommt von der englischen Sprache.

Man spricht den Namen: Äpp.

Eine App ist ein Computer-Programm.

Sie können die App auch mit dem Smart-Phone nutzen.

Es gibt viele verschiedene Apps.

Zum Beispiel:

Apps mit wichtigen Informationen.

Oder Apps mit Computer-Spielen.

App-Store:

Man spricht den Namen: Äpp-s-toor.

Das englische Wort store bedeutet: Kaufhaus.

Der App-Store ist ein Programm-Angebot
auf dem Smart-Phone.

Oder auf dem Computer.

Der App-Store bietet viele verschiedene Apps an.

Sie können die Apps auf das Smart-Phone laden.

Bitte seien Sie vorsichtig:

Bitte informieren Sie sich zuerst über die Kosten!

Viele wichtige Apps sind kosten-frei.

Aber viele andere Apps müssen Sie bezahlen!

Dann bekommen Sie eine Rechnung.

Wörterbuch

56

Barriere-Freiheit:

Alle Menschen haben ein Recht auf Leben ohne Hindernisse.

Barrieren ist ein anderes Wort für Hindernisse.

Barriere-Freiheit bedeutet:

Es gibt keine Hindernisse.

barriere-frei bedeutet: ohne Hindernisse.

Politik und Gesellschaft benutzen oft
diese Wörter.

Ernst Barlach

Das ist ein berühmter Künstler.

Er hat vor etwa 100 Jahren in der Stadt Güstrow gelebt.

Er hat Bücher geschrieben.

Und er war Bildhauer.

Ein Bildhauer stellt Figuren-Kunstwerke her.

Solche Figuren heißen auch: Plastiken.

Die Plastiken von Ernst Barlach
sind Figuren von Menschen.

Einige sind auch so groß wie Menschen.

Wörterbuch

57

Paralympics

Man spricht das Wort: Para-lümpiks.

Das ist die Olympiade für

Sportler und Sportlerinnen mit Behinderungen.

Paralympics ist ein welt-weites Sportfest.

Die Sportler und Sportler aus aller Welt
nehmen dann an Wettkämpfen teil.

Es gibt Wettkämpfe in vielen verschiedenen Sportarten.

Die Paralympics sind immer nach 4 Jahren.

Sie sind jedes Mal in einem anderen Land.

Plastiken:

Das sind Figuren-Kunstwerke.

Plastiken sind Figuren.

Zum Beispiel: Aus Holz oder aus Stein.

Wörterbuch

58

Special Olympics:

Man spricht den englischen Namen: S-peschel Olümpiks.

Special Olympics ist ein welt-weiter Sport-Verband.

Die Mitglieder-Vereine machen Sport-Angebote

für Menschen mit geistiger Behinderung

und für Menschen mit mehrfacher Behinderung.

Special Olympics in Mecklenburg-Vorpommern ist neu.

Special Olympics Deutschland veranstaltet jedes Jahr
einen deutschland-weiten Sport-Wettbewerb:

Die Special-Olympics national.

Dann sind Wettkämpfe in vielen verschiedenen Sportarten.

Viele Sportler und Sportlerinnen mit Behinderung
beteiligen sich.

Das Sportfest ist immer in einer anderen Stadt.

Wörterbuch

59

Tourismus:

Man spricht das Wort: Tourismus.

Tourismus bedeutet:

Menschen machen Urlaub oder Ausflüge
in einer fremden Gegend.

Die Menschen möchten die Gegend kennenlernen.

Und sie möchten sich erholen.

Diese Menschen nennt man auch Touristen.

Andere Menschen arbeiten für den Tourismus.

Zum Beispiel: Mitarbeitende in einem Hotel.

UNESCO Weltkulturerbe

UNESCO ist die Abkürzung für eine
welt-weite Kultur-Förderung.

Die Regierungen von sehr vielen Ländern unterstützen
die Arbeit der UNESCO.

Impressum

Herausgeberin:

Ministerpräsidentin des Landes
Mecklenburg-Vorpommern
– Staatskanzlei –
Schloßstraße 2-4
D-19053 Schwerin

60

E-Mail: redaktion-leichte-Sprache@stk.mv-regierung.de
Internet: www.regierung-mv.de

Verantwortlich:

Andreas Timm
Regierungssprecher

Redaktion:

Rüdiger Buck

Der Newsletter entstand unter Mitarbeit von:

