

Briloner Kräutertipp

Mit Bärlauch in den Frühling

Bereits während der ersten Frühlingstage zeigen sich in dem schützenden Laub die Spitzen der Bärlauchblätter. Bärlauch ist ein wild wachsendes Kraut aus der Familie der Zwiebelgewächse. Es wächst in unseren Wäldern vorwiegend in Flussauen.

Bärlauch verfügt über ätherische Öle mit einem großen Anteil an Vinylsulfid und Allin, Vitamin C, Mineralsalzen, Schleimstoffen und Zuckerverbindungen. Das Zwiebelgewächs ist gut geeignet für den „Frühjahrsputz“, denn es wirkt entschlackend und antibiotisch. Außerdem wirkt Bärlauch auch vorbeugend, da es Arterienverkalkung verhindert.

Einmal abgesehen von seiner Wirkungsweise ist Bärlauch nicht nur gesund, sondern es schmeckt auch köstlich. Probieren Sie doch ruhig einmal eine Bärlauchsuppe: 100 Gramm Bärlauchblätter fein ha-



Anneliese Löwe

cken und in Olivenöl andünsten. Einen Liter Brühe dazugießen und die Suppe 30 Minuten leicht köcheln lassen. Dann die Suppe vom Herd nehmen. Zwei Eigelb mit etwas Wasser verrühren und mit sechs Esslöffeln Crème fraiche unter die Suppe ziehen. Dann Toastbrotwürfel in Bärlauchbutter rösten und über die Suppe geben. Die Suppe kann vor Zugabe des Eigelbs auch mit etwas

Reismehl gebunden werden.

Und so stellen Sie Bärlauchbutter her: 25 Gramm Bärlauch durch den Fleischwolf drehen, den Bärlauch, einen Teelöffel Limettensaft, fünf Gramm Kräutersalz und anderthalb Teelöffel gehackte Walnüsse unter 250 Gramm weiche Butter rühren. Die fertige Bärlauchbutter lässt sich übrigens auch gut portionsweise einfrieren.

Es freut sich auf eine Bärlauchwanderung mit Ihnen Ihre Briloner Kräutерhexe Anneliese Löwe.

Ab Ende April unternimmt der Kneippverein Brilon in Zusammenarbeit mit dem SoVD-Erholungs-zentrum wieder Bärlauchwanderungen. Weitere Informationen unter www.kneippverein-brilon.com oder beim SoVD-Erholungs-zentrum, Hellehohlweg 40, 59929 Brilon. Tel.: 02961/9830, Internet: www.ehz-brilon.de.

SoVD-Erholungszentrum Brilon

Auf geht's zum Sommerfest mit buntem Programm!



Zu einem Sommerfest mit vielen Attraktionen lädt das Erholungszentrum Brilon im Herzen des Sauerlandes für den 9. Mai und 10. Mai ein. Das Team des Erholungszentrums hat sich für Tagesausflügler und Wochenendbesucher viele Überraschungen ausgedacht. Los geht es jeweils um 10 Uhr.

Und das wird geboten: Ein Open-Air-Gottesdienst findet im anliegenden Kurpark statt. Des Weiteren gibt es Livemusik mit Tanz und Wunschkonzert, eine Glücksrad-Aktion und eine Wohltätigkeits-Tombola. Außerdem locken Service- und Informationsangebote des SoVD sowie eine Schönheitsberatung und anderes mehr. In stündlichen Führungen kann auch das Haus inklusive der neu renovierten Zimmer erkundet werden. Und selbstverständlich kommt auch das leibliche Wohl nicht zu kurz.

Weitere Informationen und Reservierung beim SoVD-Erholungszentrum, Elke Zühlke, Hellehohlweg 40, 59929 Brilon, Tel.: 02961/9830, Fax: 02961/983163, Internet: www.ehz-brilon.de.

Aus den Ortsverbänden

Ortsverband Wiescherhöfen

Einen Neujahrsempfang mit Vertreterinnen und Vertretern der Lokalpolitik hat der Vorsitzende des Ortsverbandes Wiescherhöfen (Bezirksverband Hamm-Unna), Udo Schulte, erstmals organisiert. In lockerer Atmosphäre bestand für die Besucher die Möglichkeit, Kommunalpolitiker persönlich kennenzulernen und sich über aktuelle Themen auszutauschen. Die Bezirksvorsitzende Marlies Mulder verdeutlichte dabei aktuelle sozialpolitische Positionen des Verbandes.

Ortsverband Werl

Der Ortsverband Werl (Kreisverband Westfalen-Ost) gratulierte seinem ältesten Mitglied, Waldemar Jaster, zu seinem 99. Geburtstag. Waldemar Jaster erfreut sich guter Gesundheit und nimmt noch rege am Verbandsleben teil. Die Glückwünsche und ein Geschenk überbrachte der 1. Kreisvorsitzende und 2. Landesvorsitzende, Dr. Erich Größges, gemeinsam mit Kreisvorstandsmitglied Margret Simon.

Ortsverband Nettelstedt

Bei der Jahreshauptversammlung des Ortsverbandes Nettelstedt (Kreisverband Lübbecke) standen aktuelle sozialpolitische Themen auf dem Programm. Außerdem wurden langjährige Mitglieder geehrt. In seinem Jahresbericht kritisierte der Vorsitzende des Ortsverbandes, Manfred Grote, die aktuelle Bundespolitik. Es gehe nicht an, dass die niedrige Bezahlung vieler Menschen nicht mehr ausreiche, um den Lebensunterhalt zu bestreiten. Daher müsse ein gesetzlicher Mindestlohn eingeführt werden. Positiv wertete Grote die bundesweite SoVD-Initiative „Sozialabbau stoppen. Sozialstaat stärken“.

Im Anschluss an Grottes Vortrag fand die Ehrung langjähriger Mitglieder statt. Für 25-jährige Mitgliedschaft geehrt wurden Heidi Hensel, Martha Lübbert, Gerhard Oevermann und Hildegard Schnepel. Ehrennadeln für zehnjährige Mitgliedschaft erhielten Heinz Blome, Gerhard Schütte, Birgit

Heinrich Oevermann, Hildegard Venske und Georg Waskett.

Ortsverband Meißen

Aus Anlass der Jahreshauptversammlung hat der Ortsverband Meißen (Kreisverband Minden) langjährige ehrenamtliche Mitarbeiter und Mitglieder geehrt. Kreisvorsitzender Heinz Mrotzek und seine Stellvertreterin Waltraud Franke überreichten Urkunden an Heidi Brauckmüller und Werner Rinschen für zehnjährige Mitgliedschaft. Rinschen wurde auch für sein fünfjähriges Engagement geehrt. Für fünf Jahre Ehrenamt wurden Christa Erdmann und Günter Nölker ausgezeichnet.

Ortsverband Brackwede

Insgesamt 195 Jahre Treue für den SoVD bringen die Jubilare des Ortsverbandes Brackwede (Kreisverband Bielefeld) zusammen. Die Ehrungen fanden im Beisein des Kreisvorsitzenden und Landesvorstandsmitgliedes Eberhard Lüttge statt. In seiner Ansprache ging dieser auf das aktuelle sozialpolitische Engagement des Verbandes ein: „Der SoVD war und ist ein wesentlicher Mitgestalter der sozialen Sicherheit der Bürger in unserem Lande. Wir sprechen uns gegen den faulen Kompromiss des Gesundheitsfonds aus, durch den weder die Ungerechtigkeit der Zweiklassenmedizin noch die Finanzierungsprobleme der Krankenkassen gelöst werden.“

Im Anschluss ehrten Lüttge und Ortsverbandsvorsitzender Werner van Remmerden langjährige Mitglieder. Seit 60 Jahren dem Verband treu verbunden ist Erna Karlmeier. August Müller ist seit 55 Jahren dabei. Auf zehnjährige Mitgliedschaft blicken zurück: Renate Brinkmann-Wiebracht, Sigrid Elsner, Eveline Jühlke, Renate und Hartmut Klie, Hiltraud Kohlmann, Siegfried Kolb und Tanja Schonz.

Ortsverband Boy

Der Ortsverband Boy (Bezirksverband Gelsenkirchen-Bottrop) hat seinen Jahresabschluss im Beisein von Ehrengästen aus Politik und Verwaltung gefeiert. Bürgermeister Klaus Strehl überbrachte die Grüße der Stadt Bottrop. Der 1. Vorsitzende Josef Nienhaus konnte



Neujahrsempfang im Ortsverband Wiescherhöfen.



Waldemar Jaster (Ortsverband Werl) wurde 99.



Mitgliederehrung im Ortsverband Nettelstedt.



Auch der Ortsverband Meißen zeichnete Mitglieder aus.



Vielfältige Ehrungen auch im Ortsverband Boy...

darüber hinaus auch einige Abgeordnete aus Bundes- und Landtag begrüßen, die das Engagement des SoVD in Grußworten würdigten.

Zum Abschluss überreichte Bezirksschatzmeister und Landesrevisor Helmut Just gemeinsam mit dem Ortsverbandsvorsitzenden Urkunden und Ehrennadeln an langjährige Mitglieder. Seit 60 Jahren dem Verband treu verbunden ist Emma Salecker, die kürzlich ihren 95. Geburtstag gefeiert hat. Für 20

Jahre ehrenamtliches Engagement würdigte der Ortsverband Heinz Rautenstrauch. 16 weitere Mitglieder wurden für zehnjährige Mitgliedschaft geehrt.

Ortsverband Witten

Der Ortsverband Witten (Rahm/Jungferntal) ehrte seine Mitglieder im Rahmen einer Jubilärfest. Für 20 Jahre Funktionärsarbeit wurde Gerhard Eichmann ausgezeichnet, während sich Friedhelm Weigelt

und Otto Riemenschneider seit 10 Jahren engagieren. Ebenfalls geehrt wurden langjährige SoVD-Mitglieder: Rolf Glowka (40 Jahre), Erna Katenz (35 Jahre), Helga Sifrin (25 Jahre), Fritz Sommerfeld (25 Jahre), Charlotte Schneider (20 Jahre) und Karl Heinz Wegner (20 Jahre). Seit 10 Jahren zum SoVD gehören: Klaus Arlt, Sieglinde Arlt, Ursel Bergau, Manfred Mikolajetz, Werner Georg Dierks, Ralf Sagorski und Klaus-Peter Wojcinski.

... sowie ebenfalls im Ortsverband Witten.