

Der Herbst verwandelt das Ostseeheilbad



Grafik: Joachim Weyrich

Wir haben Anfang Oktober und der Herbst hält Einzug in unser Ostseeheilbad. Die Natur - darunter unser Rhododendronpark, ebenso der Kur- und Küstenwald und das Moor - erlebt eine spürbare Veränderung. Sie verwandelt sich farbenfroh und bringt das Herz eines jeden Naturliebhabers zum Tanzen und die Augen zum Leuchten. Eine magische Jahreszeit beginnt, die sich in Graal-Müritz ganz besonders und in Ruhe erleben lässt.

Ausflüge in die nahen Wälder und Moore sind im Herbst ausgesprochen erlebnisreich, bringen gute Laune und Inspiration.

Ich fotografiere für mein Leben gern die augenblickliche Farbenpracht, den morgendlichen Tau auf Spinnweben und die Lichtreflexe, die alles noch einmal golden zum Leuchten bringen. Keine andere Jahreszeit ist so malerisch und bietet so viele Farben und Lichter wie der Herbst an unserer Küste.

Hinzukommend ist die Nachsommerzeit auch »die Zeit des Genusses«, denn vieles ist reif oder bereits geerntet - Pilze und Früchte werden noch emsig gesammelt und frisch zubereitet. Auch aus diesem Grund findet am zweiten Oktoberwochenende (9. bis 10. Oktober 2021)

das erste »Aktiv-, Natur- & Genusswochenende« im Ostseeheilbad statt. Ein Wochenende, an dem die Bewegung an der frischen Luft, das »Natur hautnah erleben« und der Genuss im Mittelpunkt stehen.

Angeboten werden eine geführte Genusswanderung durch das küstennahe Moor mit einem kulinarischen Zwischenstopp an der Naturschatz-Kammer in Neuheide, eine Radtour auf das Fischland und ein lockerer »Geschichtslauf« durch unseren traditionsreichen Ort. Vollkommen werden die besonderen Oktobertage durch einen Regionalmarkt, der im Rhododendron-

park jedermann willkommen heißt. Etwa 10 Händler werden anwesend sein.

Weitere Informationen zum Wochenende und alle Ticketpreise lassen sich auf der Website events.graal-mueritz.de finden.

Abschließend sei bemerkt: Wir haben die Ostsee und die herrliche Natur direkt vor der Tür. Das ist ein wertvolles Geschenk. Bitte vergesst Ihr / vergessen Sie das nie!

Hier zu leben, ist ein Privileg, für das wir täglich dankbar sein sollten.

André Pristaff,
Tourismus- und Kur GmbH
Graal-Müritz

Die Heidefreunde aus GraalMüritz

Gästeführer stellen sich vor

Wir möchten uns auf diese Weise vorstellen und somit Ihre Neugier wecken.

Unser Ziel ist es, die Nordöstliche Heide mit ihrer Natur, ihrer Geschichte und ihren langen Traditionen für Einheimische und Gäste neu zu entdecken. Natürlich geht so etwas nicht

ohne das nötige Wissen. Unser „Heideprofessor“ W. Steinmüller übernahm diese Aufgabe im Februar 2018, qualifizierte uns als Gästeführer und ist noch heute Mentor.

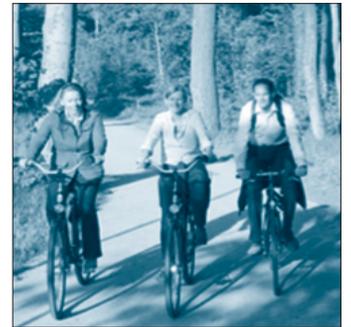
Eine kleine Gruppe der ehemaligen 13 Teilnehmer ist heute schon aktiv. Mehrere Mitglieder

führen bereits, so Frau Bencard (Historischer Spaziergang durch Graal) und Frau Stetzkowski (Vom Klosterleben zum Badenwesen in Müritz).

Dr. Hartmeyer ist der Wanderführer durch das Moor und Herr Lang nimmt Gäste gerne mit auf seine Küstenwanderung

durch Wald und Dünen. Erlebnistouren per Rad bietet Herr Maaß durch unsere schöne Heide an.

Wir freuen uns auf alle Gäste, die diese Region unseres Landes entdecken wollen!



Morgendliches Erwachen im Rhododendronpark – jeden Mittwoch um 10:00 Uhr mit Jana Werner

Die Klangmeditation mit Klangschalen öffnet das Herz, achtsames Gehen, Lockerungs- und Wahrnehmungsübungen sowie freier Tanz entspannen und erfrischen.

1,5 h Wohlfühlen

Preis: 25,- € pro Person

Treffpunkt: Konzertpavillon im Rhododendronpark, bitte 15 Min. vor Beginn da sein

Anmeldung unter:

jana@ostseewaldbaden.de oder 0171/912 45 13

Klangreise für Körper und Geist – jeden Mittwoch im Pavillon im Rhododendronpark um 17:00 Uhr mit Jana Werner

Sie erleichtern das Loslassen von Anspannungen und verhelfen zu klaren, kreativen Gedanken.

Dauer: 1 Std.

Preis: 25,-€ pro Person

Klangreise bis 6 Personen,

Anmeldung unter:

jana@ostseewaldbaden.de oder 0171/9124513

Waldbaden – Shinrin Yoku, jeden Donnerstag um 10:00 Uhr mit Jana Werner

Wir stärken wie von allein auf natürliche Art und Weise unser Immunsystem, Herz Kreislaufsystem, regulieren unseren Hormonhaushalt und fördern somit die Regeneration unseres Körpers.

Dauer: ca. 3 Std.

Preis: 30,- € pro Person

Treffpunkt: nach Absprache

Anmeldung unter:

0171/9124513 oder jana@ostseewaldbaden.de

Es ist Herbst und zum Herbst gehören Äpfel! Unsere Leserin Christa Bartelt hat sich Gedanken um den Apfel gemacht:

Was ist ein Apfel?

Ein an tausend Zweigen hängender,
in die Mosterei drängender,
zu Apfelsaft werdender,
aber auch frisch zu verzehrender,
außerordentlich wohlschmeckender.

Vitamin C in sich versteckender,
von süßem Saft strotzender,
mit roten Backen protzender,
täglich zu genießender,
jedes Frühstück versüßender,
zum Apfelmus verkochender,
von allen Bäumen lockender,
den Apfelkuchen bedeckender,
im Entenbraten steckender,
Adam und Eva verbotener,
von der Schlange angebotener,
uns mittlerweile erlaubter,
auch als Fallapfel aufgeklauter
saftiger, rotbäckiger, liebenswürdiger Kerl.



Graal-Müritzer Wochenmarkt

in der Kurstraße
jeden
Donnerstag
9 - 16 Uhr
letzter Markt: 28.10.21



Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

02.10.2021 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes
Kabarett „Sie mich auch!“
Best of Philipp Schaller



© Robert Jentzsch

Philipp Schaller gehört zu den meistgespielten Kabarettautoren des Landes. Seit nunmehr sieben Jahren steht Schaller selbst auf der Bühne und erarbeitet sich seitdem eine wachsende Fangemeinde.

In seinem ersten Best-Of-Programm haut Philipp Schaller die ihm wichtigsten Texte raus, zeitlose und ganz aktuelle, gespielt und gelesen, von albern bis abgrundtief schwarz, hinterlistig bis makaber – nicht immer lustig, aber durchweg komisch. Schaller setzt sich bewusst zwi-

schen alle Stühle, für ihn ist es der produktivste Ort, um in einer gespaltenen Gesellschaft noch zu Kompromissen zu finden. Die Ironie ist für ihn das Fortbewegungsmittel zwischen den ideologischen Schützengräben von rechts und links, Klimaaktivisten und Klimaleugnern, Gendersternen und alten weißen Männern.

Kosten: 14,00 € | 12,00 € erm.

04.10.2021 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes
Vortrag Erdölbohrplattform „Stena Don“ – Stolz der Warnemünder Schiffbauer
Joachim Stetzkowski



© J. Stetzkowski

Dipl. Ing. Joachim Stetzkowski erklärt an Bildern die großen Herausforderungen, die Planungen, den Bau, die Erprobung und die Übergabe der größten je in Deutschland gebauten Erdölplattform „Stena Don“. 2001 wurde nach 28 Jahren wieder eine Bohrplattform in Deutschland von der Kvaerner Warnow Werft abgeliefert. Die von Stena Drilling Ltd. Aberdeen bestellte Bohrplattform wird mittels computergesteuerter Dynamischer Positionierung 30m genau über dem Bohrloch ohne Verankerung in 500m Wassertiefe bis zu einer Windstärke 8 Bft gehalten.

Kosten: 6,50 € | 6,00 € erm.

06.10.2021 | 18:00 Uhr | Foyer Haus des Gastes
Ausstellungseröffnung „Impressionen aus der Heide und dem Fischland“
Bernd-Ringo Giering

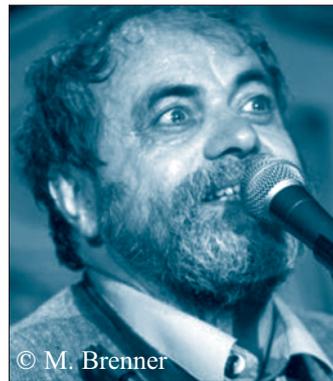
Der aus Rostock stammende Künstler Beri Giering liebt die Natur in der Rostocker Heide und auf dem Fischland.

Die Ausstellung präsentiert die oft im Verborgenen liegenden Schönheiten des Waldes und der Natur.

Die Ausstellung wird bis zum 09.11.2021 zu sehen sein.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

09.10.2021 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes
„Die Verwandlung“
Monolog mit Matthias Brenner nach der Erzählung von Franz Kafka



© M. Brenner

Matthias Brenner erzählt die wohl bekannteste Erzählung Franz Kafkas "Die Verwandlung" aus dem Kopf.

Der Reisende Gregor Samsa erwacht eines Morgens in seiner Wohnung und muss feststellen, dass er sich in einen Käfer verwandelt hat. Selbst unfähig zu sprechen, ist er doch weiterhin in der Lage, seine Umgebung zu verstehen.

Kafkas surreale Erzählung ist voll von Symbolen und Gleichnissen. Es ist verblüffend, wie detailliert, ideenreich und scheinbar realistisch Franz Kafka die absurde Welt des in einen Käfer verwandelten Handelsreisenden beschreibt und dabei unverwechselbare tragikomische Atmosphäre erzeugt. Matthias Brenner lässt in seinem Programm diese kafkaeske Welt entstehen und gewinnt ihr sowohl skurrile als auch heitere Momente ab.

Eintritt: 14,00 € | 12,00 € erm.

11.10.2021 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes
Kraniche - Vögel des Glücks
Multivisionsshow von Holger Duty



© Holger Duty

...die Sehnsucht nach Ferne, fliegen, Freiheit, Glück oder Stolz, verbinden viele Menschen mit dem Kranich. Die lauten Rufe, sein Flug oder der Balztanz, sind für jeden der das mal aus der Nähe erleben kann, ein einmaliges – unvergessliches Erlebnis.

Einsame Moore und versumpfte Waldlandschaften sind sein Lebensraum. Bei der Futtersuche werden verschiedenste Feldfrüchte, aber auch Mäuse, Frösche und Schlangen erbeutet. Kraniche aus der Nähe zu beobachten ist nicht so einfach, da diese Vögel ausgezeichnet sehen können und auf Störungen mit sofortiger Flucht reagieren. Während der Brut und der Jungenaufzucht, werden diese großen Vögel fast unsichtbar, nur die lauten, immer

Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

wieder vorgetragenen Rufe, verraten ihre Anwesenheit. Folgen Sie mir in diesem Vortrag ins Kranichmoor und erleben Sie die Faszination dieses einmaligen Vogels.

Eintritt: 6,50 € / 6,00 € erm.

**16.10.2021 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes
Kabarett - „Was ihr wollt“
Theatermarkt-Agentur Reinhold Koch**

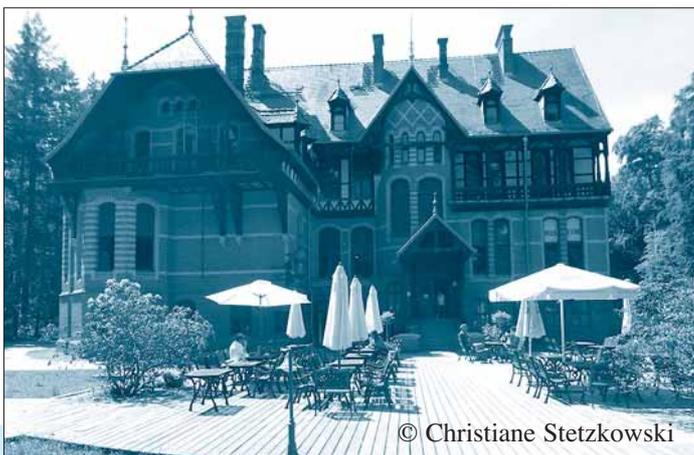


© Reinhold Koch

Zwei arbeitslose Schauspieler wollen sich justament genau mit dieser Rolle bei einem Vorsprechen bewerben, denn an ihren letzten Wirkungsstätten waren die jeweiligen Regisseure der Meinung, auf den Narren verzichten zu können. Das Vorsprechen verzögert sich die beiden Konkurrenten kommen ins Plaudern, jeder erzählt Anekdoten aus seiner Inszenierung und man zeigt sich gegenseitig, wie unmöglich Kollegen ihre Rollen gespielt haben, und schon ist man mitten im Stück.

Eintritt: 14,00 € | 12,00 € erm.

**18.10.2021 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes
Vortrag – Geheimer Hofbaurat G. F. Möckel und seine
Backsteinbauten**



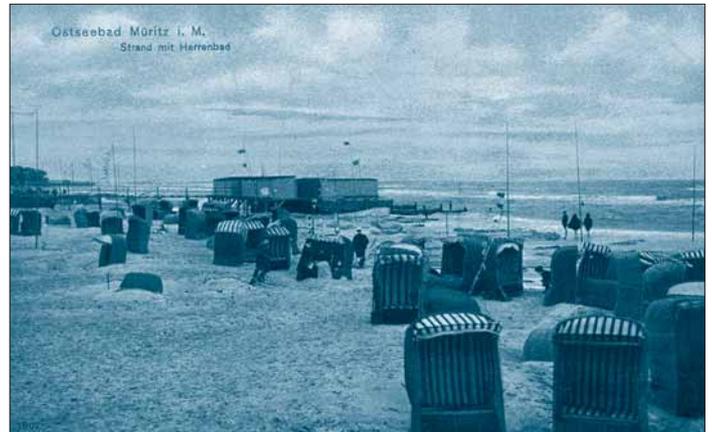
© Christiane Stetzowski

Alte Bauten faszinieren heute wieder viele Menschen. Das Auge des Betrachters erfreut sich an Formen und Materialien. Auf Bitten des Großherzogs Friedrich Franz II kam der Sachse Möckel nach

Mecklenburg und blieb in Bad Doberan. Damals – vor über 100 Jahren – kam mit ihm die neugotische Backsteinarchitektur ins Land. Häuser, ob sakrale oder profane, lassen seine Handschrift erkennen. An ausgewählten Beispielen geht es auf Entdeckungsreise, Lebensgeschichte des Baumeisters Möckel und seiner Bauherren gehören dazu.

Eintritt: 6,50 € / 6,00 € erm.

**25.10.2021 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes
„Graal-Müritz einst und heute“
Vortrag mit Dr. Bernd Kuntze**



Dr. Kuntze, viele Jahre Kurdirektor dieses Ortes, ist nach wie vor von Graal-Müritz begeistert. An diesem Gefühl lässt er gerne viele Urlauber teilhaben. Anschaulich und lebendig wird hier die Geschichte von Graal-Müritz, angefangen von der Entstehung dieses Ortes 1328 bis hin zur Neuzeit, aufgezeigt. Besonderes Augenmerk wird in diesem Vortrag auf die Vielzahl von bekannten Literaten und Malern gelegt, die die Ruhe und Beschaulichkeit unseres beliebten Ortes schon seit Anbeginn der Bäderzeit kennen und lieben gelernt haben.

Eintritt: 5,00 € | 4,50 € erm.

**Fackelwanderung am Strand
ab 29.10.2021 jeden Freitag
| 19:00 Uhr | Seebrückenvorplatz am Infopunkt**



© TuK

Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

Denn auch die dunkle Jahreszeit lockt die Gäste an den Strand. Zeit für Fackelwanderungen!

Bis zum Frühjahr bietet die Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz jeden Freitag, ab 19:00 Uhr einen Fackelmarsch entlang des Ostseestrandes an.

Entdecken Sie den Reiz des Meeres, wenn sich die Lichter Ihrer Fackeln im Wasser spiegeln. Wandern Sie mit uns am Strand entlang. Am Ankunftsort erwarten Sie ein wärmendes Feuer und ein heißes Freigetränk.

Preise: 8,00 € / 7,00 € erm.

**01.11.2021 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes
Schiffbau in Warnemünde - Die Warnowwerft
Vortrag mit Dipl. Ing. Joachim Stetzkowski**



© J. Stetzkowski

Dipl. Ing. Joachim Stetzkowski erinnert an den Stolz der Warnemünder Schiffbauer. Seit 1946 wurden an diesem Standort Reparationsschiffe, Umbauten, Neubauserien sowie neue Schiffstypen bis heute gebaut. Begehrte eisgängige Schiffe, die „Erdölplattform „Stena Don“ oder die größten jemals in Deutschland gebauten Container- und Passagierschiffe zeugen vom Können der Schiffbauer aus Warnemünde.

Kleine Geschichten des Werftalltages zwischen Kabelkrananlage und den heutigen Bockkran gehören ebenfalls zum Vortrag.

Kosten: 6,50 € / 6,00 € erm.

**06.11.2021 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes
Lesung – Das Böse ruht nie**



© Marion Petznick

Grausamer Mord in der Rosstocker Heide – Marion Petznick liest aus ihrem ersten Krimi.

Die Ostsee hat nicht nur malerische Landschaften und Urlaubsflair zu bieten, sie inspiriert auch immer mehr Autor*innen, ihre spannenden Fälle an Deutschlands Küsten zu verlagern. Die mörderische Seite der mecklenburgischen Ostsee lässt auch Autorin Marion Petznick in ihrem aktuellen Kriminalroman

„Das Böse ruht nie“ auferstehen. Neben authentischen Ermittlungen und passendem Lokalkolorit hält Autorin Marion Petznick authentische, fast schon greifbare Figuren parat. Die Kriminalgeschichte wird immer wieder durchsetzt von den zuerst perspektivisch abgetrennten Erzählsträngen.

Die Krimilesung wird musikalisch von Fabrizio Nurra begleitet.

VVK: 8,00 € / 6,00 € erm.

AK: 10,00 € / 8,00 € erm.

**08.11.2021 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes
„Sturmfluten“
Vortrag mit Winfried Pachnicke**



© W. Pachnicke

Jedes Meer hat nicht nur seine idyllische Seite. Auch die Ostsee hat schon mehrere Sturmfluten hinter sich, die letzte verheerende traf 1872 unsere Küste, aber auch im November 1995 hatten die Menschen damit zu kämpfen.

Wodurch entstehen diese Sturmfluten? Was sind Sturmfluten überhaupt und was für Auswirkungen haben sie?

Diese und andere Fragen beantwortet Ihnen Winfried Pachnicke. Lassen Sie sich an diesem Abend einfach faszinieren von den Gewalten, die eine Sturmflut an der Ostseeküste auslösen kann.

Eintritt: 5,00 € / 4,50 € erm

**20.11.21 | 10.00 – 17.00 Uhr | Haus des Gastes
„Markt der Handwerker – Von Kunst bis Tradition“**



© TuK

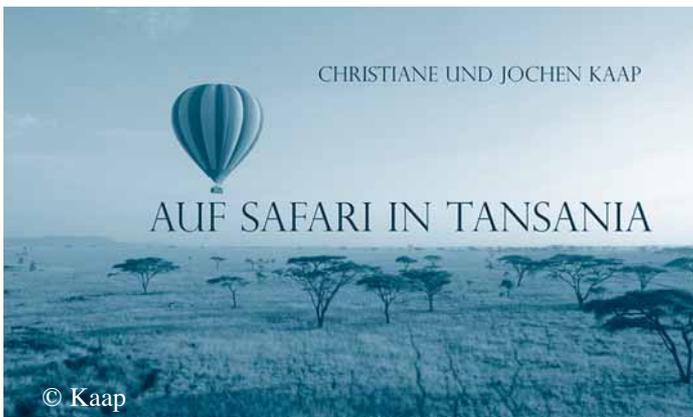
Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

Wer auf den Schnelleinkauf im Internet verzichten möchte, für den stellt vielleicht ein Geschenk aus kunsthandwerklicher Herstellung eine gute Alternative dar. Und außerdem Einkaufen mit allen Sinnen macht viel mehr Spaß! Also, aufgestanden von der Couch und los zum Markt der Handwerker!

Kunsthandwerker der Region zeigen an diesem Tag ihr traditionelles Handwerk und läuten mit ihren winter- und weihnachtlichen Waren die Vorweihnachtszeit ein. Im Haus des Gastes wird spannendes Stöbern und Staunen durch eine bunte Vielfalt geboten.

Eintritt: 1,- €

22.11.2021 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes
Reisebericht – Auf Safari in Tansania
Christiane und Jochen Kaap



Wer Tansania besucht, besucht auch Nationalparks. Wir haben in vier Parks faszinierende Einblicke in die reichhaltige Natur, insbesondere die Tierwelt, dieses Landes erhalten. Unsere Stationen waren die Parks Tarangire, Ngorongoro, Serengeti und der Lake Manjara. Höhepunkt der Reise war eine Ballonfahrt über der Serengeti. Ein besonderes Erlebnis war die Fahrt in den Ngorongoro-Krater. Es ist ein alter, lange erloschener Vulkan, in dem viele Tierarten leben, ihr ganzes Leben lang. Die steilen Kraterwände können sie nicht erklimmen.

Den Abschluss der Reise bildete ein Besuch der Insel Sansibar. Sie gehört zwar zu Tansania, hat aber eine eigene, spannende Geschichte.

Eintritt: 6,50 € / 6,00 € erm.

29.11.2021 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes
Künstler in Graal-Müritz
Lichtbildervortrag von Joachim Puttkammer

In Graal-Müritz lebten für kürzere oder längere Zeit Künstler, meist zur Erholung oder zur Kur. Dazu gehörten die Schriftsteller Hans Fallada, Heinrich Seidel, Johannes Trojan, Erich Kästner, Kurt Tucholsky, Franz Kafka oder Walter Kempowski, Maler wie Hans Westphal, Horst Räche oder Lyonel Feininger, Komponisten wie Theo Mackeben, berühmte Schauspieler wie der legendäre Darsteller des Friederikus Rex, Otto Gebühr. Aber einige von ihnen nahmen auch festen Wohnsitz, so der Maler Karl Rettich, die Malerin Severa Dennstedt und die Bildhauerin Johanne Engel, die zu ihrer Zeit berühmten Schriftsteller Rudolf Presber und Herbert

Nachbar. In diesem Vortrag soll ein Überblick über diese Künstler gegeben werden. Zu den Kurzbiografien werden Fotos, Bilder und Tonaufnahmen gestellt. Und natürlich wird ein Überblick über die wichtigsten Bücher des Ortes gegeben, so von Kästner „Emil und die drei Zwillinge“, „Als ich ein kleiner Junge war“ oder „Fabian“; von Hans Fallada, von Rudolf Presber „Haus Ithaka“, von Heinrich Seidel die heiteren Geschichten und Märchen aus Graal und Müritz und andere. So soll der ganze künstlerische Reichtum dieses Ortes deutlich und die Liebe zu Graal-Müritz geweckt oder vertieft werden.

Joachim Puttkammer beschäftigt sich seit mehr als 20 Jahren mit dieser Thematik und hat eine ganze Reihe Bücher und CDs herausgegeben. Seine Liebe zu diesem Ort wird sich hoffentlich auch auf andere übertragen.

Eintritt: 5,00 € / 4,50 € erm.

**Graal-Müritz kennen & lieben lernen...
 ...bei einer unserer vielfältigen Wanderungen!**

Noch bis Ende Oktober:

Moorwanderungen

mit Marie Bohnenstengel / Dr. Hans Hartmeyer
immer dienstags und freitags 10:00 Uhr

Die Wanderung dauert ca. 2 Stunden und ist ca. 5 km lang.

mind. 5 Personen pro Wanderung

Kosten: 8,00 € / 7,00 € erm. / 3,00 € Kinder

Treff: Bushaltestelle Cafestübchen Witt

Radmoorwanderung

mit Marie Bohnenstengel immer freitags 14:00 Uhr

Treffpunkt: Bushaltestelle beim Cafestübchen Witt

Die Tour ist etwa 7,5 km lang und dauert ca. 3 Stunden (davon ca. 70 min Fußwanderung).

mind. 5 Personen pro Wanderung

Kosten: 9,50 € / 8,00 € erm. / 4,00 € Kinder

Küstenwanderung durch die Rostocker Heide

mit Johannes Lang am 07.10.

Treffpunkt Parkplatz beim Fischhus Am Funkturm (Ortsausgang)

um 10 Uhr. 4,5 km, ca. 2 Stunden

mind. 3 Personen pro Wanderung

Kosten: 6,00 € / 5,00 € erm. / 3,00 € Kinder

Geführte Radtour durch die Rostocker Heide

mit Torsten Maaß am 20.10.

Treffpunkt: Haus des Gastes um 14:00 Uhr.

mind. 3 Personen pro Wanderung, ca. 3 Stunden / ca. 25km

Bitte melden Sie sich bis zum 19.10. um 12 Uhr im Haus des Gastes für diese Tour an!

Kosten: 9,50 € / 8,00 € erm. / 4,00 € Kinder

Zwischen Erbpachthof und Stromgraben -

Historischer Spaziergang durch Graal

mit Ulrike Bencard am 24.10.

Treffpunkt: Endhaltestelle Bahnhof Ostseering um 10:30 Uhr

Dauer: etwa 1,5 Stunden

mind. 3 Personen pro Wanderung

Kosten: 6,00 € / 5,00 € erm. / 3,00 € Kinder



Bei meinen letzten Erkundungsflügen musste ich feststellen: Der Sommer ist vorbei. Mit dem Herbst ändert sich das Bild am Strand. Die Strandbesucher gehen warm eingepackt spazieren und genießen die gesunde Luft an der Ostsee. Die bunten Windschutzfarben sind verschwunden und die Strandkörbe gehen in das Winterquartier. Dort werden sie für die nächste Saison überholt. Doch wem verdanken wir dieses Möbelstück eigentlich?

Wilhelm Bartelmann wurde am 7. Oktober 1845 als Kind einer Lübecker Korbmacherfamilie geboren und erlernte den Beruf des Vaters. Nachdem er eine Werkstatt in Rostock eröffnete, wurde er zum großherzoglich mecklenburg-schwerinschen Hofkorbmacher ernannt. Als eine rheumakranke Dame sich eine Sitzgelegenheit für den Strand als Schutz vor Sonne und Wind wünschte, konstruierte Bartelmann 1882 den Strandkorb, auch Luftschnapper genannt. (Bild 1)



(Bild 1)

Bald entwickelte sich der Einzitzer zum Zweisitzer.

Auf Erkundungsflug in Graal-Müritz

(Bild 2)

W. Bartelmann
Müritz,
Rostock, Warnemünde, Graal, Arendsee,
Brunshaupten.

Badebedarfs=Artikel
Hüte · Mützen · Schleier · Badewäsche

Andenken=Artikel
Spielwaren – Postkarten

Überhaupt **alles**, was das Publikum während
des Aufenthaltes in Bädern gebraucht.

Warenhaus=Betrieb. Stets das Neueste
Billigste Preise

Vermietung von Sportwagen, Klappstühlen usw.

Badegästen
empfiehlt **Strandstühle** als Schutz
gegen Sonne und Wind und giebt solche auch
in Miethe

W. Bartelmann, Hof-Korbmacher,
Langestr. 73, vis-à-vis der Breitenstraße.



(Bild 3)

1883 eröffnete Bartelmanns Ehefrau die erste Strandkorbvermietung in Warnemünde. Es folgten weitere in Müritz und Kühlungsborn. Frau Bartelmann erweiterte das Angebot schnell mit Andenken und Postkarten. (Bild 2)

Wilhelm Bartelmann starb 25. Juli 1930 in Rostock. Geht man mit offenen Augen durch den Ort, fällt am Haus des Bürgertreffs unter dem Dach ein Relief zur Erinnerung an den Strandkorbentwickler auf.

Nach fast 140 Jahren erfreut sich der Strandkorb immer noch großer Beliebtheit. Wenn die Herbststürme kommen, sollten die Luftschnapper aber in Sicherheit sein. Was sonst passiert, sieht man auf dem Bild 3 aus dem August 1989.

Veränderung verursacht der Herbst nicht nur am Strand, sondern auch im Wald.

Die Waldbesucher streifen mit Körben bewaffnet neben den Wegen durch den Wald. Ihr Blick geht zum Boden. Sie hoffen auf einen großen Pilzfund. Dabei sollte man sich gut auskennen. Schnell ist eine ganze Mahlzeit verdorben, wenn ein Bitterpilz in den Korb geraten ist. Gefährlicher sind die giftigen Pilze. Im Zweifel verzichtet man lieber auf einen Pilz oder sucht sich Hilfe bei einer Pilzberatungsstelle. Die wirkliche Veränderung ist jedes Jahr wieder die faszinierende Laubfärbung. Vor allem im Sonnenschein belohnt die Farbenpracht den Blick nach oben.

Im vergangenen Herbst eroberten die Wildschweine den Ort. Die Tiere wühlten sich durch sämtliche Grünstreifen an den Straßen und auch durch viele Vorgärten. Bis zum Sommer brachten fleißige Gärtner alles wieder in Ordnung.

Für heute verabschiede ich mich von Euch und fliege auf einen neuen Beobachtungsflug.

Euer Zaunkönig

Aus dem Heimatmuseum

„Das Leben ist kein Honiglecken“

Folgender Artikel ist sehr stark gekürzt. Es sind Kindheitserinnerungen von Frau Margot F. Wussow, Tochter von Johanna (geb. Thiel) und dem Büdner Fritz Witt (Büdner-Kleinbauer), geb. im Juni 1925.

Vater Fritz war bitter enttäuscht, seit Generationen war bei den Witt's immer nur ein Junge geboren.

Das Elternhaus war ein Tagelöhnerkaten und gehörte zu dem Erbpachthof, den die „Stiftsfräulein“ vom Ribnitzer Clarissen Kloster bauen ließen.

Claus Witt kaufte 1818 den Katen. Als Johanna auf die Welt kam, war Müritz ein altes gemütliches Fischerdorf. Es lag in Hufeisenform an der Ostsee, umgeben von herrlichen Wäldern und Hochmoor im Osten. Innen im Hufeisen lagen Gärten der Büdner und weiter, zur See hin, große Wiesen und Weiden. Im Westen Müritz' standen größere Hotels, die die besser betuchten Badegäste aufnahmen, während in Mitte und Ost-Müritz noch Landwirtschaft betrieben wurde.

Es gab auch einige Kinderheime, das größte war das „Friedrich-Franz-Hospiz“, gegenüber von unserem Elternhaus. Hier tutete der Kuhhirte am Morgen seine Schützlinge zusammen, die dann behäbig die Dorfstraße entlang trotteten, immer von einem Fliegen-schwarm umgeben. Wenn einmal ein Fladen fiel, kam eine der Frauen aus den Häusern, um ihn aufzusammeln, erstens war es Dünger für den Garten und zweitens konnte niemand ausrutschen. Auf den Strandwiesen gleich hinter den Dünen, blieben die Kühe den ganzen Tag. Es gab auch einen Teich mit Süßwasser, im Sommer benutzten die Tiere ihn als Badewanne. Der Kuhumzug wurde bald verboten, man wurde kultivier-



ter. Es hatte sich herumgesprochen, das mit den Badegästen (Berliners) man gut Geld verdienen konnte.

Großvater hatte mit dem Vermieten viel Geld verdient und als Hypotheken in Häusern investiert, welche dann während der Inflationszeit mit Papiergeld abgezahlt wurden. Dieses war natürlich wertlos und unser guter Opa hat das nie verwunden, dass er nur noch seine Büdnerlei besaß. Er starb im Jahre 1931.

Doch das Leben ging weiter und zeigte Mutter Emilie, aus welchem Holz sie geschnitzt war.

Sie vermietete die Wohnstube und die große Schlafstube. Mit dem verdienten Geld durch die Vermietung ließ sie die alte Küche umbauen. Der offene Rauchfang, in dem im Winter

nach dem Schlachten die „Spits“ voller Wurst und Schinken-seiten im Rauch hingen, wurde abgerissen. Der Schornstein wurde bis nach unten durchgezogen, es wurde ein gemauerter Herd mit Waschkes-sel und zwei weiteren Kochstellen angeschlossen.

Nur Sonnabend wurde Wasser im Kessel geheizt. Vater holte die große „Waschbalje“ und meine Schwester und ich wurden vor dem Feuer abgeseift. In der großen Küche stand ein zwei Meter langer Küchentisch, an dem man auch mal mit den Gästen saß und so mancher „Lütten mi'n Grooten“ getrunken wurde und natürlich wurde auch gesungen.

Inzwischen machten die Renovierungen im Haus Fortschritte. Das Dorf hatte elektri-

sches Licht bekommen, nun hing eine kleine kümmerliche Birne an einer langen Strippe von der Decke. Man brauchte keine Glaszylinder mehr putzen. Auch die letzten kleinen Zimmer wurden renoviert und möbliert. Im Sommer schlief die ganze Familie im „Windfang“, außer Oma, sie durfte ihr Zimmer behalten. In dem Vorbau wurde auch meine Schwester Christa im Juli bei großer Hitze geboren. Mutter musste eine Woche liegen, die Nachbarinnen brachten Hühnersuppe und Rotwein, den Mutter mit einem rohen Ei trinken musste, um wieder zu Kräften zu kommen.

Aus Platzmangel möchte ich diesen Zeitzeugenbericht beenden, ich wollte den Lesern dieser Zeitschrift einen kleinen Einblick in das damalige persönliche Leben einer Müritzer Familie geben.

Frau Margot F. Wussow lebte mit ihrer Familie bis zum Ende ihres Lebens in Whittington/Toronto.

Joachim Weyrich
Leiter des Heimatmuseums

„Tradition heißt nicht, Asche zu bewahren, sondern eine Flamme am Brennen halten.“

Jean Jaurès
* 1859 † 1914

Jean Jaurès war ein französischer sozialistischer Politiker und Historiker. Jaurès, einer der bekanntesten Vertreter des Reformsozialismus am Ende des 19. Jahrhunderts und Anfang des 20. Jahrhunderts in Frankreich, wurde unmittelbar vor Ausbruch des Ersten Weltkrieges, am 31. Juli 1914, von einem französischen Nationalisten ermordet.

Uns plattdütsch Eck

Leiw Läser, leiw Gäst, leiw plattdütsch Frünn‘,

nee doch, wur dei Tiet blot löppt...

Nu seggt uns dei Sommer (mall naug wier hei dit Johr je woll) all wedder „Adschüs“. Dormit dat Ji Juch liekers bäten hoegen könnt, hew ick hier för

Juch ein von mien Gedichten:

Kraunen

Inlad‘t von Frünn‘,stahn wi bi‘n „Utkiek“ 1) un täuwen.

Dor kamen’s, ein poor ierst,
denn mihr un mihr un mihr. Näger un luder ehr helle Trumpeten.

Un dat grad, as wenn sei schwäwen.
Sachten glieden sei dal up dat Feld.
Wat för ehr prat is un wat sei kennen.
Sei stahn, sei gahn, sei hüppen ok eins.

In Rauh fräten sei sick satt.
Häben tau Höcht sick,
fleigen tau Nacht hen nah denn‘ Bodden.

Wi kieken ehr stillschwiegens nah,
mit uns väl anner Lüd ok,
von wiet eigens herreist wägen dei Kraunen.
Still is‘t, rein still.

Blot noch un ümmer lieser dei Kraunentrupeten.

Dat is, as läd sick Fräden in‘t Hart ...

Abend för Abend,
woll einen Mand lang,
beiden dei Kraunen uns Minschen ehr Spill.
Sei verhalten sick hier för ehre Reis nah denn‘ Süden.
Un hüt nu is ehr Treckeldag.

Blag lücht‘t dei Häwen oewer uns Land.
Wi hüren ehr helle Trumpeten,
sülwern blänkern dei Liewer,
ein Tog nah denn‘ treckt oewer uns hen.
Nu kümmt dei Harwst.

Wenn sei trüggkamen, wart‘t Frühjohr.
Weg sünd dei Kraunen.
Bläwen is uns dei Freud, dei sei uns gewen,
bläwen dat Glücksgefäul, dat sei eins weckten.
Bläwen sünd ok uns Frünn‘. 2)

Leiw Läser, leiw Gäst, leiw plattdütsch Frünn‘,
nah all dat, wat uns in disse Tiet begegnet is un jeden Dag wedder begegnet, kann‘n woll seggen Frünn‘ sünd dat Best, wat jichtens gäben deit...

Hollt Juch fuchtig!

Juch *Anna-Margarete Zdenka*

1) „Kranoneum“ Dorf Günz bei Barth

2) Verfasser: Anna-Margarete Zdenka , 18.10.2012 (05.10.2012)



Unser Ausflugs-Tipp

Kerzenscheune Rövershagen



Wir möchten Sie auf ein Ausflugsziel ganz in unserer Nähe aufmerksam machen, das es schon seit 1998 gibt und welches sich aber völlig neu präsentiert – die Kerzenscheune in Rövershagen. Das Ambiente der Kerzenscheune verzaubert Sie von Anfang an mit einem farbenfrohen Kerzenladen, duftiger Wellness-Ecke, attraktiver Deko-Abteilung und kleinem Hofladen.

Es wird alles angeboten, was mit kreativer Kerzenkunst zu tun hat: vom Kerzenziehen oder Kerzengießen über eine riesige Auswahl an handgefertigten Kerzen für alle Gelegenheiten bis hin zu individuell gefertigten Kerzen mit Aufschriften.

Denken Sie daran, Weihnachten ist nicht mehr weit, vielleicht können die Kinder für Oma und Opa eine Kerze gießen und haben ein ganz persönliches, einzigartiges Geschenk.

Sie können natürlich auch Ihrer Fantasie freien Lauf lassen und tolle Kerzen ziehen, die dann zu Hause an den Urlaub in Graal-Müritz erinnern.

Als Ziel für Radtouren bietet sich das Kerzenstübchen hervorragend an, von Graal-Müritz aus führt ein Radweg durch die Rosstokker Heide und nach ca. 12 km haben Sie das Stübchen erreicht. Mit dem Auto fahren Sie die L 22 Richtung Rövershagen. Hinter dem Kreisverkehr sehen dann auf der linken Seite Ihr Ziel. Auch der öffentliche Nahverkehr (Bus 118) hält in Rövershagen Forsthaus – von dort laufen Sie etwa 15 min zurück.

Täglich, außer Dienstag, ist in der Zeit von 10.00 – 18.00 Uhr für Sie geöffnet.

Um Kerzen selbst zu machen, benötigen Sie zur Zeit einen Termin. Diesen bekommen Sie unter 038202 – 29979.

Viel Spaß wünscht Ihnen die
Tourismus- und Kur GmbH

Sprechstunden der Ärzte und Therapeuten in Graal-Müritz

Allgemeinmediziner

Ekkehard Steiner-McCall, Kastanienallee 7, Tel: 79460
Facharzt für Allgemeinmedizin

Montag	7.30-12.30 und 15.00-18.00 Uhr
Dienstag	7.30-13.00 Uhr
Mittwoch	7.30-12.30 und 15.00-18.00 Uhr
Donnerstag	7.30-12.30 Uhr
Freitag	7.30-12.30 und 15.00-18.00 Uhr

Astrid-Jeanette Blaufuß, Kastanienallee 7, Tel: 79465
Fachärztin für Innere Medizin in hausärztlicher Tätigkeit

Montag, Mittwoch, Freitag	8.00-13.00 Uhr
Dienstag, Donnerstag	8.00-13.00 und 16.00-18.00 Uhr

Dr. Hubert Mücke, August-Bebel-Straße 4a, Tel: 79522
Facharzt für Innere Medizin in hausärztlicher Tätigkeit

Montag	8.00-12.00 Uhr
Dienstag/Mittwoch/Donnerstag	8.00-12.00 und 16.00-18.00 Uhr
Freitag	8.00-12.00 u. nach Vereinbarung

Dr. Dirk Kühn, Kurstraße 5, Tel: 79192

Praktischer Arzt, Kurarzt

Montag-Freitag	8.00-12.00 Uhr
Montag/Dienstag/Donnerstag	15.00-18.00 Uhr

Fachärzte für Hautkrankheiten und Allergologie

Dr. med. Kirstin Maslen, Rostocker Straße 1, Tel: 13703
Dr. med. Frank Pavlovsky, Rostocker Straße 1, Tel: 13703
Eingang über Haupteingang Reha-Klinik

Montag	8.00-12.00 und 13.00-15.30 Uhr (nach Absprache)
Dienstag	14.00-18.00 Uhr
Mittwoch	Hausbesuche
Donnerstag	Hausbesuche
Freitag	8.00-12.00 Uhr Nur nach Terminabsprache!

Notdienst 112

Wochentags

Ruf-Nr. Leitstelle Bad Doberan 038203 / 62428

Montag	19.00 bis 07.00 Uhr
Dienstag	19.00 bis 07.00 Uhr
Mittwoch	13.00 bis 07.00 Uhr
Donnerstag	19.00 bis 07.00 Uhr
Freitag	15.00 bis 07.00 Uhr

Wochenende

Ruf-Nr. Leitstelle Rostock 0381 / 44411 oder 0381 / 19222

Sonnabend	07.00 bis 07.00 Uhr
Sonntag	07.00 bis 07.00 Uhr

Zu den angegebenen Zeiten wird die entsprechende Leitstelle den Anruf an den Diensthabenden weiterleiten, gegebenenfalls auch sofort den Notarzt anfordern. Außerhalb der Notdienstzeiten wenden sich die Patienten direkt an ihren Hausarzt oder dessen Vertreter.

Zahnärzte

Dr. Carmen Volmerg, Kurstraße 5, Tel: 7290

Fachzahnarzt für Allgemeine Stomatologie

Montag	8.00-14.30 Uhr
Dienstag	8.00-12.00 und 15.00-16.30 Uhr
Mittwoch	8.00-12.00 Uhr
Donnerstag	8.00-12.00 und 15.00-17.30 Uhr
Freitag	8.00-11.00 Uhr und nach Vereinbarung

Dr. Astrid Scheumann-Mücke, August-Bebel-Str. 4a, Tel: 79522

Montag	7.00-11.00 Uhr
Dienstag	7.00-11.00 Uhr
Mittwoch	7.00-11.00 und 14.00-18.00 Uhr
Donnerstag	7.00-11.00 Uhr
Freitag	nach Vereinbarung

Dr. Nadine Dreßler, Birkenallee 17, Tel: 79915

Montag	8.00-12.00 und 14.30-19.00 Uhr
Dienstag	8.00-12.00 Uhr
Mittwoch	8.00-12.00 und 14.30-18.00 Uhr
Donnerstag	8.00-10.00 Uhr u. nach Vereinb.
Freitag	8.00-10.00 Uhr u. nach Vereinb.

**Zahnärzte-Notdienst: Tel.: 038203 / 62505 oder
 Tel.: 038203 / 62428**

Praxen für Physiotherapie

Diana Beulig-Tietz, Lange Straße 1, Tel: 14694

Eileen Blümbach, Lindenweg 9, Tel: 78806

Grit Wüstenberg, Kastanienallee 7d, Tel. 79468

Britta Zoellner-Engel, Strandstraße 22, Tel. 74123

(in der ASB Kurklinik Meeresbrise)

Aquadrom-Physiotherapie, Buchenkampweg 9, Tel. 87930

“Life”- Anne Simmert, Ribnitzer Straße 3, Tel. 143117

Podologie Schilke, Ribnitzer Straße 3, Tel. 143117

Praxen für Logopädie

Sally Bürger, Rostocker Straße 1, Tel: 83480

Termine und Hausbesuche nach Vereinbarung!

Katja Lindgreen-Winter, An der Büdnerei Nr. 3, Tel: 14522

Montag bis Freitag 8.00-18.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung; Hausbesuche möglich. Auf Anfrage auch Fußreflexzonenmassage.

Handy: 0178 - 8798 381; Email: lindgreenkatja@aol.com

Vorwahl Graal-Müritz: 038206

Tierärzte-Notdienst 16.00 - 06.00 Uhr T: 0381 / 25 27

Zentraler Notruf deutschlandweit 116 117

Apotheken Bereitschaftsdienst

Montag - Freitag **18.00 - 8.00 Uhr**; Samstag **12.00 - 8.00 Uhr**;
Sonn- und Feiertage **8.00 - 8.00 Uhr** des Folgetages

Mo **OKT** 04 **H** 11 **E** 18 **D** 25 **C** **NOV** 01 **G** 08 **B** 15 **F** 22 **A** 29 **H**
Die 05 **A** 12 **H** 19 **E** 26 **D** 02 **C** 09 **G** 16 **B** 23 **F** 30 **A**
Mi 06 **F** 13 **A** 20 **H** 27 **E** 03 **D** 10 **C** 17 **G** 24 **B**
Do 07 **B** 14 **F** 21 **A** 28 **H** 04 **E** 11 **D** 18 **C** 25 **G**
Fr 01 **C** 08 **G** 15 **B** 22 **F** 29 **A** 05 **H** 12 **E** 19 **D** 26 **C**
Sa 02 **D** 09 **C** 16 **G** 23 **B** 30 **F** 06 **A** 13 **H** 20 **E** 27 **D**
So 03 **E** 10 **D** 17 **C** 24 **G** 31 **B** 07 **F** 14 **A** 21 **H** 28 **E**

RIBNITZ-DAMGARTEN: **A** Apotheke „Am Bahnhof“, Ulmenallee, Ärztehaus, Tel. 03821-708400, **B** Apotheke „Am Bodden“, Lange Straße 80, Tel. 03821-812913; **C** Forellen-Apotheke, Am Markt 7/8, Tel. 03821-895165, **D** Linden-Apotheke, Schillstraße 3, Tel. 03821-62090, **E** Recknitz-Apotheke, Lange Straße 13, Tel. 03821-3890; **RÖVERSHAGEN:** **F** Heide-Apotheke, Birkenstrat 25, Tel. 038202-432271; **GRAAL-MÜRITZ:** **G** Kur-Apotheke, Kurstraße 18, Tel. 038206-78102, **H** Ostsee-Apotheke, Kastanienallee 9, Tel. 038206-79477

Apotheken Öffnungszeiten

Kur-Apotheke

Kurstraße 18, Tel: 78102
Mo bis Fr 8.00-18.00 Uhr
Sa 8.00-12.00 Uhr

Ostsee-Apotheke

Kastanienallee 9, Tel: 79477
Mo bis Fr 8.00-18.00 Uhr
Sa 8.00-12.00 Uhr

OstseeSparkasse Rostock

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle Graal-Müritz, Kurstraße 20
Montag 9.00 – 12.30 Uhr
Dienstag u. Donnerstag 9.00 – 12.30 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch 9.00 – 12.30 Uhr
Freitag 9.00 – 12.30 Uhr

Volks- und Raiffeisenbank Rostock

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle Graal-Müritz, Kurstraße 3
Montag 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr
Dienstag u. Donnerstag 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch u. Freitag 9.00 – 12.00 Uhr
Freitag 9.00 – 12.30 Uhr

Gemeindeverwaltung Graal-Müritz

Ribnitzer Straße 21, Tel. 038206/81111
Sprechzeiten: Di 9.00 - 11.30 Uhr u. 13:00 - 18.00 Uhr
Do 9.00 - 12.00 Uhr u. 14:00 - 17.00 Uhr

Das Polizeirevier Sanitz

ist unter der **Tel.-Nr.: 038209/440 (24h)** zu erreichen. Die Polizeidienststelle Graal-Müritz ist unter der **Tel.-Nr.: 038206/74862** zu erreichen. Bei Nichtbesetzung der Dienststelle erfolgt automatisch die Rufweitschaltung nach Sanitz.

TAXI

Flughafentransfer · Rund- und Krankenfahrten
Stefan Acksteiner T: 0152 / 24 24 62 14



Öffnungszeiten

Tourismus- und Kur GmbH
im "Haus des Gastes",
Graal-Müritz, Rostocker Str. 3
Tel.: 038206 / 7030

Mo - Fr 09:00-18:00 Uhr
Sa 09:00-12:00 Uhr
So geschlossen

ab November

Mo - Fr 10:00-17:00 Uhr
Sa 09:00-12:00 Uhr
So geschlossen

ZIMMERVERMITTLUNG
im "Haus des Gastes",
Graal-Müritz, Rostocker Str. 3
Tel.: 038206 / 70311 o. 70334

Mo - Fr 09:00-18:00 Uhr
Sa geschlossen
So geschlossen

ab November

Mo - Fr 10:00-16:00 Uhr
Sa geschlossen
So geschlossen

Bäderbibliothek

Haus Ithaka
Fritz-Reuter-Straße 17
Tel.: 038206 / 77241

Mo / Do 09:00-11:30 Uhr
14:00-16:30 Uhr

Di 09:00-11:30 Uhr
14:00-19:00 Uhr

Mi geschlossen
Fr 09:00-12:00 Uhr

Heimatmuseum / Galerie

Graal-Müritz, Parkstraße 21,
Tel.: 038206 / 74556

Mo geschlossen
Di / Do 09:00-12:00 Uhr
15:00-18:00 Uhr

Mi 09:00-13:00 Uhr
Fr 15:00-19:00 Uhr

Sa 15:00-18:00 Uhr
Jeden 2. Sonntag im Monat
15:00-18:00 Uhr

Ev. Lukaskirche

Graal-Müritz
Jeden Sonntag und jeden Feiertag **10:00 Uhr Gottesdienst**.
Sie sind herzlich eingeladen.

Kirche St. Ursula

Die Kirche ist am Tag geöffnet.
Sie sind zur Besichtigung oder Eucharistiefeier eingeladen.
Sonntag **9:00 Uhr Heilige Messe**.

INFO für Angler!

In der Touristinformatio im „Haus des Gastes“ erhalten Sie Tages-, Wochen- und Jahresanglerlaubnisse zum Fischfang in den Küstengewässern des Landes M/V. Die Angelerlaubnisse sind nur gültig in Verbindung mit dem Fischereischein! Sie können über die Webseite: erlaubnis.angeln-mv.de ebenfalls eine Angelerlaubnis für Küstengewässer erwerben (Zahlung mit Kreditkarte) Den befristeten Fischereischein (**Touristen-Fischereischein**) erhalten Sie ebenfalls im Haus des Gastes und im Rathaus, Ordnungsamt. Weitere Informationen dazu auf angeln-in-mv.de.

Für das Angeln auf der Seebrücke brauchen Sie eine Brückennutzungskarte (1,00 €). Diese können Sie aus dem Automaten auf dem Seebrückenvorplatz ziehen. Vom 01.05. bis 30.09. des Jahres ist das Abstellen von Angelutensilien und das Angeln auf der Seebrücke in der Zeit von 21.00 Uhr bis 07.00 Uhr gestattet – außerhalb dieser Zeitspanne von 18.00 Uhr bis 07.00 Uhr.

Impressum

Windflüchter

Informationsblatt der Tourismus- und Kur GmbH
des Ostseeheilbades Graal-Müritz

Auflage: 3.000 Exemplare, gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier
Herausgeber: Tourismus- und Kur GmbH, Rostocker Str. 3, 18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz,
Tel.: 038206 / 7030, Fax 038206 / 70320, www.graal-mueritz.de
email: touristinformation.tuk@graal-mueritz.de

Gestalt./Anz.: kw Agentur für Kommunikation und Werbung, Lange Str. 17, 18055 Rostock
Telefon: 0381 / 375 99 66, Fax 0381 / 375 99 68, e-mail: kw-agentur@t-online.de
Druck: adiant druck, Neu Roggentiner Straße 4, 18184 Roggentin

Die nächste Ausgabe des *Windflüchter* erscheint am **01.12.2021**.
Abgabetermin für redaktionelle Beiträge und Anzeigen ist der **09.11.2021**.

+++ Ratgeber Dr. Koch +++

Unterkühlung

In den nächsten Wochen wird es in unseren Regionen wieder kälter. Bald ist die kalte Jahreszeit angebrochen. Da gilt es wieder, sich der Kälte anzupassen, damit keine Schäden im Körper eintreten.

Rechtzeitig die richtigen Maßnahmen zu treffen, beginnt bereits im Herbst.

Der Mensch gehört zu den Lebewesen, bei denen die Körpertemperatur möglichst konstant gehalten wird. Die ideale Körperkerntemperatur liegt bei 36 bis 37 Grad Celsius. Weicht diese ab, leitet der Körper Gegenmaßnahmen ein. Sinken die Temperaturen in der Umgebung, wird dem menschlichen Körper Wärme entzogen. Um nicht auszukühlen, wird durch Muskelarbeit beispielsweise Wärme gebildet.

Alle Funktionen des Körpers hängen von einer normalen Körpertemperatur ab. Diese entsteht vor allem durch die Aktivität des Stoffwechsels. Im Körperkern beträgt sie 36,5 bis 37,5 Grad Celsius. Nicht an allen Stellen des Körpers ist die Temperatur gleich, da ein Wärmegefälle vom Körperkern zur Körperschale besteht. Sie ist in der Peripherie je nach Durchblutung und Bluttemperatur wechselnd, während die Kerntemperatur konstant bleibt. 28 Grad ist die Indifferenztemperatur für einen unbedeckten Erwachsenen. Bei dieser Temperatur kann er seine Körpertemperatur ohne zusätzliche Stoffwechselregulationen aufrechterhalten. Bei angenehmen

Umgebungstemperaturen liegt die Hauttemperatur bei 32 bis 34 Grad. An den Füßen und Fingern ist sie am niedrigsten, oft nur 25 Grad.

Kommt es zu einer starken Kälteeinwirkung, versucht der Körper zunächst durch verschiedene Regulationsmechanismen die Temperatur aufrecht zu halten. Gelingt ihm das nicht, entsteht eine Unterkühlung. Eine Hypothermie oder Unterkühlung besteht dann, wenn die Körperkerntemperatur unter 36 Grad fällt. Es besteht dann ein Zustand mit abnorm niedriger Körpertemperatur. Dieser tritt nach einer längeren und starken Einwirkung von Kälte auf den menschlichen Körper auf.

Die physikalische Grundlage ist, dass die Wärmeproduktion über eine längere Zeitperiode geringer ist als die Wärmeabgabe. Sind die Regulationsmechanismen des Körpers zu einer Erwärmung jedoch nicht mehr ausreichend so kommt es zu einer allgemeinen Unterkühlung, die bei besonders tiefen Temperaturen sogar zu lokalen Erfrierungen führen kann.

Für einige Personen besteht ein höheres Risiko. Dazu gehören ältere oder sehr junge Menschen, Personen mit psychischen Problemen, unter Alkohol- oder Drogeneinfluss stehende Menschen oder Patienten mit bestimmten Krankheiten wie Schilddrüsenunterfunktion oder Stoffwechselkrankheiten. Typische Symptome sind Zittern, Verwirrung, eine Veränderung der Atemfrequenz und des

Pulses, blaue Lippen, Finger und Zehen.

Ursachen für eine Unterkühlung:

Bewegungsarmes Verhalten
Körperliche Überanstrengung
Schocksituationen

Alkoholgenuss
Erste-Hilfe-Maßnahmen sind bei der Unterkühlung sehr wichtig. Betroffene Personen muss man aus der Kälte bringen und in Decken einwickeln. Die Patienten sollten so schnell wie es geht in eine Klinik verlegt werden. Ist die Person ins Wasser gefallen, so ist die nasse Kleidung sofort auszuziehen. Wichtig ist es, ihn in wärmende Decken zu wickeln.

Ist der Mensch ansprechbar und in der Lage zu trinken, so sollte er warme Getränke zu sich nehmen. Heizkissen und -strahler können auch nützlich sein.

Einer Hypothermie können Sie ebenso wie Erfrierungen durch einfache Maßnahmen vorbeugen. An erster Stelle stehen ein überdachtes und vernünftiges Verhalten und Ihre Kleidung. An erster Stelle. Sie müssen den Temperaturen angemessen sein. Denken Sie immer daran, dass die Menschen die eisigen Regionen der Erde nur mithilfe entsprechender Kleidung und einer sinnvollen Anpassung ihrer Lebensumstände erobern konnten. Voraussetzung dafür waren Umsicht und ein entsprechendes Verhalten.

Achten Sie besonders darauf, Ihr Gesicht, Ihre Hände, Füße und Ohren durch eine Schutzkleidung warmzuhalten – diese

Körperstellen erfrieren besonders schnell.

Kommt es trotz Vorsichtsmaßnahmen bei einem selbst zu einer Unterkühlung, ist es wichtig, diese frühzeitig zu erkennen, um Folgeschäden zu vermeiden. Erwärmen Sie rechtzeitig die entsprechende Körperpartie vorsichtig – am besten am eigenen Körper: So können Sie Ihre Hände zum Beispiel sofort an eine warme Körperpartie wie Achselhöhlen oder Bauch bringen und das Gesicht mit warmen Händen bedecken. Dies sollte an einem windgeschützten Ort geschehen. Aktive Bewegung wie Gymnastik oder ein Bewegen der Extremitäten ist in diesem Stadium hilfreich, da dies die Durchblutung fördert. Gleichzeitig ist daran zu denken, nasse Kleidungsstücke wie Handschuhe, Schuhe und Strümpfe möglichst schnell zu wechseln.

Das sogenannte Zwiebelchalenprinzip – also mehrere Kleidungsstücke übereinander anzuziehen – hilft oft schon. Begengende Riemen oder Schnallen sollten Sie lockern.

Um sich nicht zu unterkühlen, sollte man seinen Wärmehaushalt ausreichend trainieren. Dabei spielen Kältereize eine besondere Rolle. Sie kann man besonders im Herbst nutzen. Bewegung an frischer Luft bei tieferen Temperaturen, Kaltwasserreize, Wassertreten, Radfahren, Schwimmen oder kalte Duschen. Besonders wirksam sind die Wechselreize der Sauna.

Dr. med. Lutz Koch



Lesezeit in der Bibliothek



Diesmal geht es in den Wald! Aber nicht wirklich. Unser Vorlesepatte Jens Reichert wird Euch das Buch „Waldtage“ vorstellen. Eine Kindergarten-Gruppe stapft jeden Tag in den duftenden Forst. Aber was ist das für ein komisches Knacksen? Sind das wilde Tiere? Wildschweine, Einhörner, Wölfe oder so? Die Kinder lassen sich allerhand einfallen, um die Tiere aus dem Gebüsch zu locken. Freut Euch auf einen bunten Nachmittag. Es wird nicht nur vorgelesen.

Dienstag, 19. Oktober 2021, von 16 bis ca. 17 Uhr, Bäderbibliothek Für Kinder von ca. 4 bis 8 Jahren, Teilnahme kostenlos!

AQUADROM

DAS MEERWASSER-SCHWIMMBAD IM OSTSEEHEILBAD GRAAL-MÜRITZ

Aktuelle
Öffnungszeiten und
besondere Hinweise:
www.aquadrom.net

Start 12. Oktober:
Schwimmkurse Junior
für Kinder ab 5 Jahre
Anfragen an
info@aquadrom.net

Bei jedem Wetter zu jeder Jahreszeit
Meerwasser · Sauna · Wellness · Massagen
Fitness-Studio · Badminton · Kegelbahnen
Buchenkampweg 9 | Graal-Müritz | www.aquadrom.net



BERNSTEIN-SCHAUMANUFAKTUR

Ein Erlebnis für Groß und Klein

Entdecken Sie Bernstein - das Gold des Meeres, in bezaubernden Schmuckkreationen. Schauen Sie den Goldschmieden über die Schulter und erleben Sie die Vielfalt von Bernstein in all seinen Farben und Formen.
Ihr Ostsee-Schmuck Team

Ostsee-Schmuck GmbH
An der Mühle 30
18311 Ribnitz-Damgarten
Tel.: 03821.88 58 0
www.ostseeschmuck.de

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 9.30-18.00 Uhr
Sa: 9.30-16.00 Uhr
So und Feiertag geschlossen



Ihre FeWo-Vermietung

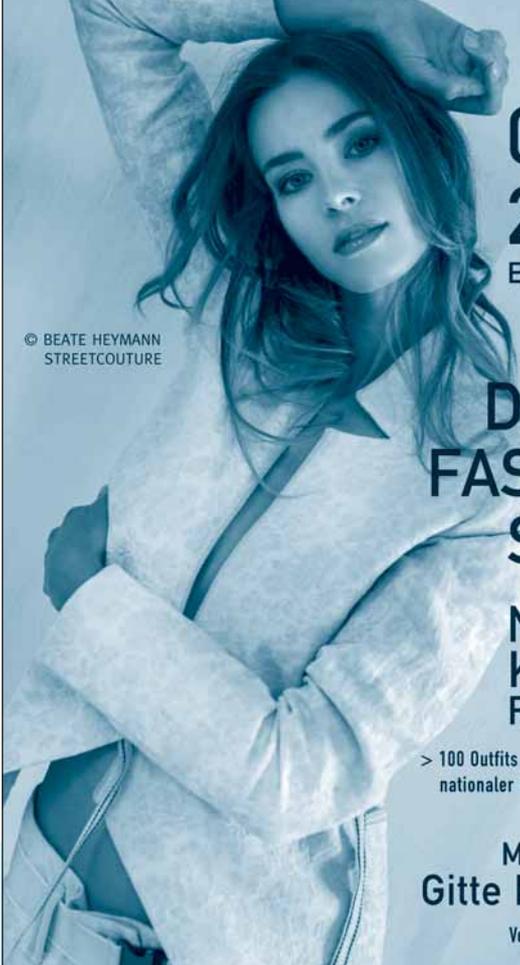
Sie wollen Ihre Eigentumswohnung/-Haus auch als **FERIENWOHNUNG/-Haus** vermieten?

Nutzen Sie unseren besonderen **SERVICE** und unseren **Bekanntheitsgrad** für Ihre **Wohnung/Haus!**

- ganjährige **professionelle Vermietung** mit eigener online-Buchungsplattform
- Rezeption und **Ansprechpartner im Ort**
- fachkundige **Reinigung** und Pflege der Unterkünfte
- eigener **Hausmeisterservice** für Kleinreparaturen
- transparente **monatliche Abrechnung** mit Online-Zugriff durch Eigentümer
- kompletter Wäsche- und Handtuchservice durch uns
- kostenfreier **Farbkatalog** mit Ferienwohnungen und Häusern
- kostenlose Verfügbarkeit der freien Zeiträume für die Eigentümer

strandsommer
FERIENWOHNUNGEN
18181 Graal-Müritz | Lange Straße 31 | neben dem EDEKA

Rufen Sie uns an! **038206 - 74722**
www.strandsommer.de



© BEATE HEYMANN
STREETCOUTURE

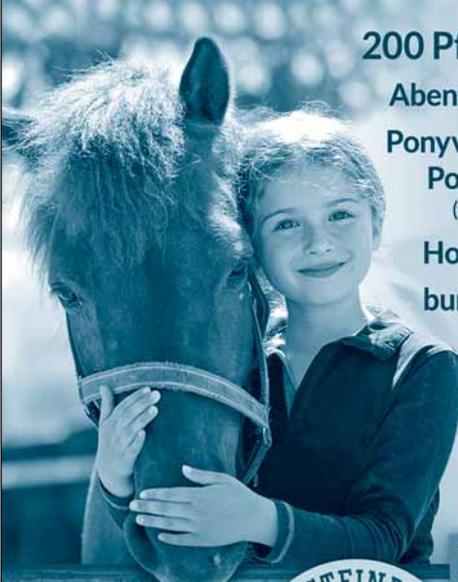
08.10.
20:00
Einlass 19:00

XXI. DANCE FASHION SHOW

**NIKOLAI
KIRCHE
ROSTOCK**

> 100 Outfits regionaler und internationaler Designer und Label

MODERATION
Gitte Hænning
Veranstalter: kw AGENTUR



200 Pferde & Ponys
 Abenteuerspielwelten
 Ponyverleih / -reiten &
 Ponykutschfahrten
 (täglich ohne Anmeldung)
 Hofküche / Hofcafé
 bunter Streichelzoo
 Ausritte zur
 Ostsee
 Reitunterricht
 u.v.m.

Eintritt frei!



HIRSCHBURG
 Neuklockenhäger Weg 1a
 18311 Ribnitz-Damgarten
 Tel.: 0174 - 85 30 842

BARTH
 Glöwitz 1
 18356 Barth
 Tel.: 0160 - 93 06 63 25

www.bernsteinreiter.de



BERNSTEINREITER
 Erlebnisreiterhöfe

Hofküche & Hofcafé

**Erlebnisastronomie
 in Hirschburg & Barth**

Genießen Sie unsere frische
mecklenburgische Reiterkost ...



**... und Omas
 Landkuchen**
 zubereitet von
 regionalen Traditionsköchen!

Unsere Hofküche und das Hofcafé sind
 täglich von 11.00 bis 20.00 Uhr geöffnet.

Erleben Sie die Lagunen der Ostsee



MS "Ostseebad Wustrow" Linienfahrten zwischen Wustrow
 und Born mit Fahrradtransport
 im Oktober: Kranichtouren

MS "Boddenkicker" Linienfahrt zwischen Ribnitz, Wustrow
 und Dierhagen mit Fahrradtransport



Fahrgastbetrieb Kruse und Voß GmbH
 Hafenstraße 7 * 18347 Wustrow * T.: 0172 / 3 89 60 90
www.boddenschiffahrt.de * info@boddenschiffahrt.de



Kranichrast bi uns tu hus ⁷ ein einmaliges Erlebnis

Erwachsene: 42,00€ Kinder (ab 7 J.): 29,00€ Senioren: 38,00€



Ablauf:

Mo. + Mi. + Sa.

12. Sep. bis 24. Okt.

Dauer: ca. 5 Stunden



die Schönheit der Kraniche

- Fahrt über die Landschaft
- Kranichsuche
- Aussichtspunkte mit Ausstieg
- Fahrt zu Ablenkfütterungsfeldern
- individuelle Pause
(Glühwein, Tee, oder, oder, oder)
- Fahrt nach Zingst zum Kranicheinflug
- mit der Dunkelheit endet der Einflug
- Rückankunft ca. 1 h nach Sonnenuntergang

 Ferngläser sind an Bord!

Einstiegsmöglichkeiten:

- 13.00 Uhr Ostseebad Nienhagen (Strand 26)
- 13.15 Uhr Warnemünde (Tourismus Info)
- 14.00 Uhr Graal Müritz (Haus des Gastes)

Weitere Einstiegsmöglichkeiten nach Absprache. Buchen Sie telefonisch: 0381 / 20 15 633,
 hier im Hotel oder direkt in Ihrer Touristeninformation.



DEUTSCHES BERNSTEINMUSEUM

KLOSTER RIBNITZ

WO WIR SIND IST SONNE!

KUNSTKAMMER

**ERLEBNIS
WERKSTATT**

**KINDER
BERNSTEINLAND**

**SONDER
AUSSTELLUNGEN**

MUSEUMSSHOP

**CAFÉ
IM MUSEUM**

DAS **GOLD DES NORDENS**

Natur- und Kulturgeschichte des
Baltischen Bernsteins
in bedeutenden Exponaten

Spektakuläre Strandfunde

Einschlüsse – Fenster in die
tropischen Wälder im Ostseeraum
vor über 40 Millionen Jahren

Europas schönste Bernstein-Ausstellung
Bernstein aus aller Welt

Farben, Formen, Herkunft und Entstehung

Lagerstätten und Gewinnung

Magische Amulette steinzeitlicher Jäger

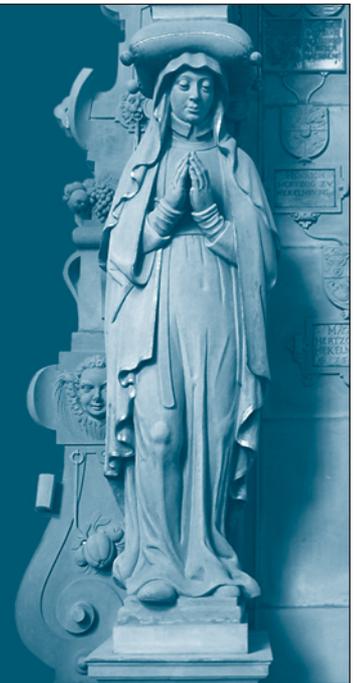
Griechische und römische Preziosen

Mittelalterliche Bernsteinschnitzereien

Kunstwerke der Frühgeschichte
und aus dem 17. und 18. Jahrhundert

Königsberger Bernsteinkunst
des 20. Jahrhunderts

Moderne Bernsteinarbeiten
der Gegenwart



DAME VON WELT – ABER AUCH NONNE

DIE AUSSTELLUNG
ZUR KLOSTER-
UND DAMENSTIFTS-
GESCHICHTE
IN DER
KLOSTERKIRCHE
ZEIGT DIE
VERBORGENEN
UND OFFENBAREN
SCHÄTZE DES
KLOSTERS

IM KLOSTER 1-2
18311 RIBNITZ-DAMGARTEN

T. + 49 (0) 3821 2931
UND 4622

ÖFFNUNGSZEITEN

APRIL BIS OKTOBER
TÄGLICH 9:30-18 UHR

FÜHRUNGEN
ANMELDUNG ERBETEN

ALLE RÄUME SIND
BARRIEREFREI

info@deutsches-bernsteinmuseum.de
www.deutsches-bernsteinmuseum.de
www.kloster-ribnitz.de



CAFÉ & COCKTAILBAR PINK LADY

www.bar-pinklady.de



Genießen Sie
in angenehmer
Atmosphäre
und mit Blick
aufs Meer

unsere vielfältigen
Angebote:
Alkoholfreie Cocktails –
Cocktails – Weine –
Seccos – Biere –
Kaffee – Kuchen –
Eisbecher – Snacks



Zur Seebrücke 40
18181 Graal-Müritz
Tel: 038206 / 746475



Pink Lady
·modeboutique·

Willkommen in der Welt
der Mode!

Ausgefallene, schicke
Tages- und Abendgarderobe
für die Damen bis Gr. 50
in sehr guter Qualität
Ausgewählte Accessoires:
Taschen, Schuhe, Gürtel,
farbige Schals
...mit kleiner Café-Lounge

täglich 10:00 - 18:00 Uhr

Ihr *Pink Lady*-Team

Zur Seebrücke 35
18181 Graal-Müritz
modeboutique-pinklady.de

**10 Fachmärkte
50 Fachgeschäfte
Gastronomie &
Service**

**Alles Gute ist
hier beisammen...**

**HANSE
CENTER**
BENTWISCH

**Herzlich
will-
kommen**

