



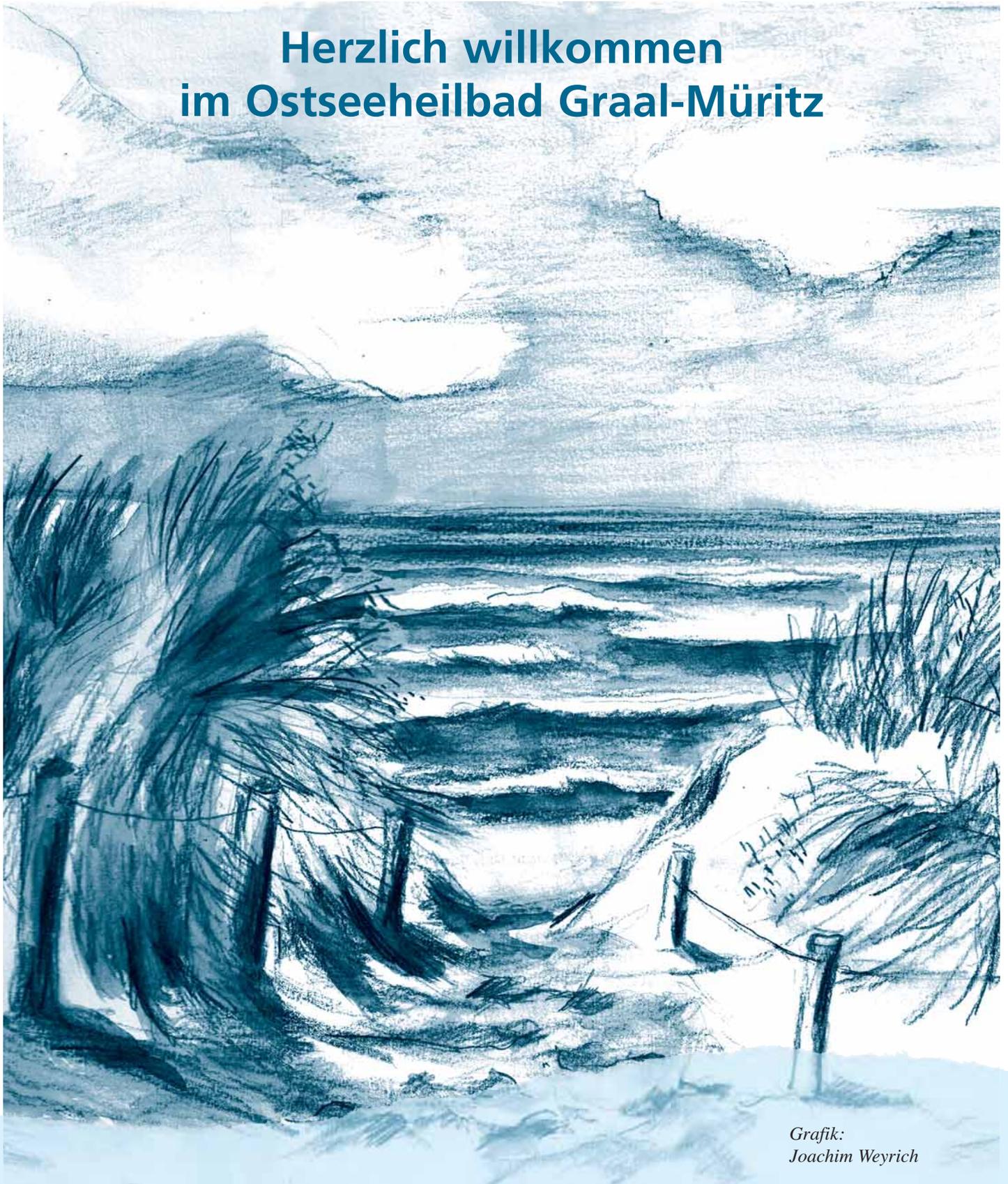
Ostseeheilbad Graal-Müritz

Windflüchter

Informationen für Gäste und Gastgeber

Heft 225 01.07. - 31.08.2020

**Herzlich willkommen
im Ostseeheilbad Graal-Müritz**



*Grafik:
Joachim Weyrich*

+++ Aktuelles +++ Graal-Müritz +++ Aktuelles +++

Liebe Gäste,

wir durchleben gerade sehr außergewöhnliche, historische Umstände ... und wir haben uns nichts mehr gewünscht, als Sie bald wieder in unserem Ostseeheilbad begrüßen zu dürfen.

Hier, wo traumhaftes Meer und unberührte Natur aufeinandertreffen, werden Urlaubswünsche nach einer längeren Atempause wieder Realität.

Seit dem 25. Mai dürfen wir nun endlich wieder Gäste aus dem gesamten Bundesgebiet bei uns begrüßen!

Dies bedeutet jedoch viel mehr als nur eine Wiedereröffnung.

Durch die Krise hat sich der

Blick auf unsere Branche geschärft und wir haben unseren Fokus auf einen verantwortungsvollen Tourismus, der Mensch und Natur gleichermaßen achtet, deutlich verstärkt.

Dabei hat die Gesundheit der Gäste, Gastgeber und ihrer Mitarbeiter oberste Priorität.

Das Corona-Virus ist weiterhin aktiv und die Pandemie leider noch nicht überstanden. Um einen erneuten Ausbruch verhindern zu können, ist es zwingend notwendig die bestehenden Schutz- und Hygienestandards einzuhalten. Auch wenn diese nach und nach gelockert werden, wird uns die Thematik noch lange begleiten.

Die Rechtslage ist oftmals intransparent und variiert von Bundesland zu Bundesland.

Bitte nutzen Sie daher die Möglichkeit sich zu informieren.

Dabei unterstützen Sie die Mitarbeiter unserer Touristinformation, die Internetseiten unserer Tourismusverbände und der Landesregierung Mecklenburg-Vorpommern.

Sie können versichert sein, dass wir alles dafür tun, Ihren Aufenthalt in unserem Ostseeheilbad so angenehm und sicher wie möglich zu gestalten, um Ihnen einen erholsamen Urlaub zu ermöglichen.

Wir beschäftigen uns täglich damit, wie wir Ihre schönste Zeit

des Jahres trotz Beschränkungen auch abwechslungsreich und unterhaltsam gestalten können.

Mit den „Lockerungen“ werden wir für Sie zunehmend auch wieder mehr Aktivitäten und Veranstaltungen anbieten.

Bitte sprechen Sie dazu gerne unsere Mitarbeiter an und informieren Sie sich auf unserer neugestalteten Internetseite unter www.graal-mueritz.de.

Genießen Sie nun Ihren wohlverdienten Urlaub 2020

... und denken Sie stets daran: „Der wichtigste Wert unserer Zeit ist und bleibt die Gesundheit!“

Roman Ferken

Tourismus- und Kur GmbH

+++ Buchempfehlungen für Groß und Klein +++



"Die Lady und der Galerist"
Ostsee-Krimi von dem Graal-Müritzer Autor Knut Henßler

Bereits am Ende des 19. Jahrhunderts wuchsen an der Ostsee die ersten Künstlerkolonien aus dem Boden. Durch die Badeorte am Meer wehte ein frischer Wind, denn die Bohème drängte aus den großen Städten in die Natur und malte im Freien.

Betuchte Aristokraten und andere Kunstinteressierte reisten extra zum Bilderkauf an die Küste. Bis heute sind viele dieser begehrten Werke von damals noch im Umlauf und erzie-

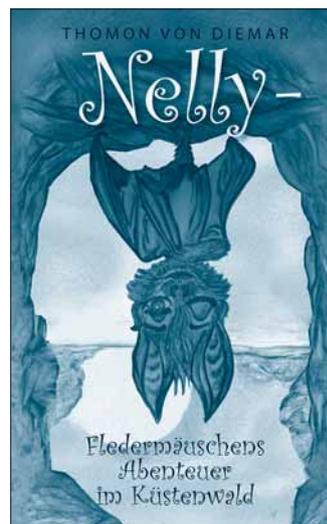
len auf Auktionen oft erstaunliche Preise. Aber daneben versuchen Fälscher, Diebe und Mafiosi, sich ein ordentliches Stück von diesem Kuchen abzuschneiden. Auf den Schwarzmärkten dominieren inzwischen nur noch Gewinnsucht, Hab- und Raffgier statt Freude an der Kunst. Bilder werden zu Aktien an der Wand. Mit fatalen Folgen. Als in der Szene der erste Mord passiert, wird auch der frühere Detektiv Ole Timm, ein Mann mit Ecken und Kanten, auf seine alten Tage mit in den beklemmenden Strudel der Ereignisse hineingezogen.

Dieser spannende Kriminalfall spielt in einem Seebad zwischen Warnemünde und dem Darß. Man kann ihn locker und mit wachsender Spannung im Strandkorb am Meer lesen.

Knut Henßler war Chemiefacharbeiter, Journalist, Redakteur, Auslandskorrespondent in London und lebt inzwischen in Graal-Müritz an der Ostsee.

Hier spielen auch seine Kriminalgeschichten. „Die Lady und der Galerist“ ist sein siebenter Ostsee-Krimi.

Sie erhalten dieses Buch im Haus des Gastes!



"Nelly – Fledermäuschens Abenteuer im Küstenwald"
von Thomon von Diemar

In kurzen, spannenden Geschichten erlebt **Nelly Fledermäuschen** verschiedene Abenteuer im Küstenwald. Sie erfährt, dass das Moor im Sommer austrocknen kann und dass irgendwas mit dem Klima außer Takt geraten ist. Sie erlebt Freundschaft und Nächstenliebe und wird schließlich selbst eine kleine Heldin. Kinder erfahren, dass es im Leben nicht nur darauf ankommt, wie jemand aussieht und was er dar-

stellt, sondern vielmehr, wie er sich gegenüber anderen verhält. Die Moral der einzelnen Geschichten wird nicht mit dem Holzhammer verteilt, sondern fließt in die Handlungen ein.

Themen wie Umweltschutz, Mobbing und der Umgang mit Tieren werden in den Geschichten behandelt. Nicht oberlehrhaft, sondern für Kinder erfahrbar.

Das Buch eignet sich für Kinder ab 3 Jahre, kann aber auch 12-jährige noch faszinieren.

In den Persönlichkeiten der einzelnen Tiere finden sich Parallelen zu Personen, die Kinder aus eigener Erfahrung kennen. Mag sein, der strenge Specht ist wie der eigene Onkel und die weitgereiste Möwe wie die Cousine, die selten zu Besuch ist.

Auf jeden Fall können Kinder vieles aus ihren eigenen Erfahrungen bestätigen und sich schnell mit den verschiedenen Tierpersönlichkeiten identifizieren.

Thomon von Diemar

Das Buch ist in der Ostsee-Buchhandlung in Graal-Müritz / Kurstraße 22 erhältlich, 64 Seiten, Preis: 5,99 €

Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

Liebe Gäste und Einwohner,

gern würden wir Ihnen an dieser Stelle mehr Veranstaltungen ankündigen, doch um die Sicherheit unserer Besucher zu gewährleisten, prüfen wir derzeit, ob sich alle Hygiene- und Abstandsvorgaben umsetzen lassen.

Aktuelle Informationen zu den stattfindenden Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage graal-mueritz.de und in unseren Schaukästen im Ort oder erkundigen Sie sich bei den Mitarbeitern der Tourist-Information im Haus des Gastes.

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

Moorwanderungen mit Holger Tessendorf / Dr. Hans Hartmeyer
immer dienstags und freitags 10:00 Uhr



Die direkte Küstenlage und die natürliche Vegetation machen das unter Naturschutz stehende Hochmoor in Graal-Müritz einzigartig! Seltene Pflanzen wie u.a. der Sonnentau und der Gagelstrauch wachsen hier und im Frühjahr laicht der Moorfrosch im Ribnitz-Müritzer Moor. Wir ziehen wieder unsere Wanderschuhe an, um dieses Schauspiel der Natur zu genießen! Bitte denken Sie an lange Kleidung, festes Schuhwerk und Mückenspray. Die Wanderung dauert ca. 2 Stunden und ist ca. 5 km lang.

mind. 5 Teilnehmer pro Wanderung

Kosten: 8,00 € / 7,00 € / 3,00 €

Radmoorwanderung mit Holger Tessendorf immer freitags 14:00 Uhr
Treffpunkt: Bushaltestelle beim Cafestübchen Witt

Radeln Sie mit einem erfahrenen Wanderführer durch das ca. 6.000 Jahre alte Ribnitzer Große Moor und erleben Sie die Faszination der einzigartigen Flora und Fauna. Eine Besonderheit im Stadtwald ist das seit 1939 unter Schutz stehende "Ribnitzer Große Moor". Dieses etwa 6.000 Jahre alte und bis vor wenigen Jahrzehnten noch durch Torfabbau genutzte Hoch- oder Regenmoor ist Lebensraum seltener Pflanzen und Tiere.

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



min. 5 Teilnehmer pro Wanderung

Kosten: 9,50 € / 8,00 € / 4,00 €

Wildkräuter vor der Haustür mit Antje Katreniok am 05.07. / 26.07. / 16.08.

Treffpunkt: Haus des Gastes um 09:30 Uhr



Am Wegrand, im Wald und auf Wiesen wachsen viele Pflanzen, die wir meist übersehen. Oftmals wissen wir gar nicht wie viel Kraft in diesen unscheinbaren Wildpflanzen steckt.

Einige dieser Kräuter werden auch heute noch genutzt, um Heilungsprozesse zu unterstützen. Vor einigen Jahren wurde wiederentdeckt, was lange Zeit in Vergessenheit geraten war:

Viele dieser Pflanzen schmecken auch sehr gut. Zudem haben sie meist mehr Inhaltsstoffe, wie z.B. Vitamine, Minerale und Bitterstoffe, als unsere Kulturpflanzen. Gerade die Bitterstoffe sind für Verdauungsprozesse notwendig und leider aus unserer modernen Ernährung verschwunden. Aus diesem Grund macht es Sinn unseren Speiseplan durch Wildpflanzen zu bereichern.

Nicht zu unterschätzen ist auch das Sammeln in der Natur oder im eigenen Garten. Es kann ein wichtiger Ausgleich zum hektischen Alltag sein.

Wandern Sie mit der erfahrenen Heilpraktikerin Antje Katreniok durch die Natur. Kinder sind gerne willkommen.

Kinder laufen kostenfrei mit.

Kosten: 7,00 €

Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

Historischer Spaziergang durch Graal mit Ulrike Bencard am 07.07. / 21.07. / 04.08. / 18.08.

Treffpunkt: Endhaltestelle Bahnhof Ostseering um 19:00 Uhr



© TuK GmbH

Auf einem ca. 5 km langem Rundgang erfahren Sie interessantes über die Geschichte des Ortsteils Graal von den Anfängen im 14. Jahrhundert bis heute.

Sie sehen schilfgedeckte, historische Büdner-Häuser und Villen und Hotels, die in den Anfängen des 20. Jahrhunderts gebaut wurden. Ein Abstecher führt zu der bekannten Lukaskirche.

Auf dem Weg erfahren Sie so manches über Künstler, wie Erich Kästner, Franz Kafka und Hans Fallada, die hier gewisse Zeiten ihres Lebens verbracht haben.

Dauer: etwa 1,5 Stunden

mind. 3 Personen pro Wanderung

Kosten: 6,00 € / 5,00 € / 3,00 €

Strandwanderung mit Nicola Boll am 04.07. | 18.07. | 08.08.

Treffpunkt: Spielplatz Seeblick um 10:30 Uhr



© S. Raschke

Wer am Strand entlanggeht, kann viele interessante Dinge finden. Im Spülsaum finden sich Pflanzen und Tiere aus dem Meer, die dem Besucher sonst verborgen bleiben. Strand und Dünen sind extreme Lebensräume, nur Spezialisten können sich hier behaupten. Dipl.-Biologin Nicola Boll erzählt auf einer kleinen Strandwanderung Wissenswertes und Interessantes zum Thema Ostsee, Strand und Küstenwald. Spannend für alle Altersgruppen!

Dauer: ca. 1-1½ Std.

mind. 3 Personen pro Wanderung

Kosten: 6,00 € / 5,00 € / 3,00 €

Küstenwanderung durch die Rostocker Heide mit Johannes Lang am 09.07. und 23.07.

Treffpunkt Parkplatz beim Fischhus (Ortsausgang) um 10:00 Uhr. 4,5 km, ca. 2 Stunden



© Pixabay

Diese Wanderung führt ein Stück durch den einzigartigen Küstenwald mit seiner biologischen Vielfalt. Im Gespensterwald passiert man bizarr geformte, urige Buchen, Windfahnenbäume sind von weitem erkennbar. Wissenswertes über die Entstehung und Geschichte der Rostocker Heide sowie über die Bedeutung des Küstenschutzes & die Auswirkung von Sturmfluten wird vermittelt.

mind. 3 Personen pro Wanderung

Kosten: 6,00 € / 5,00 € / 3,00 €

Geführte Radtour durch die Rostocker Heide mit Torsten Maaß am 15.07.

Treffpunkt: Haus des Gastes um 14:00 Uhr. ca. 3 Stunden



© TuK GmbH

Torsten Maaß lädt Sie zu einer interessanten und humorvollen Fahrradtour durch die Rostocker Heide ein. Radeln Sie mit ihm und erfreuen sich der Bewegung, der wunderbaren Luft und den schönen Naturbildern.

Anspruch: leicht - mittel (Waldwege)

Verpflegung: Getränk und kleinen Imbiss mitnehmen!

aktuell mind. 3 max. 10 Personen pro Wanderung

Bitte melden Sie sich bis zum 14.07. um 12 Uhr im Haus des Gastes für diese Tour an!

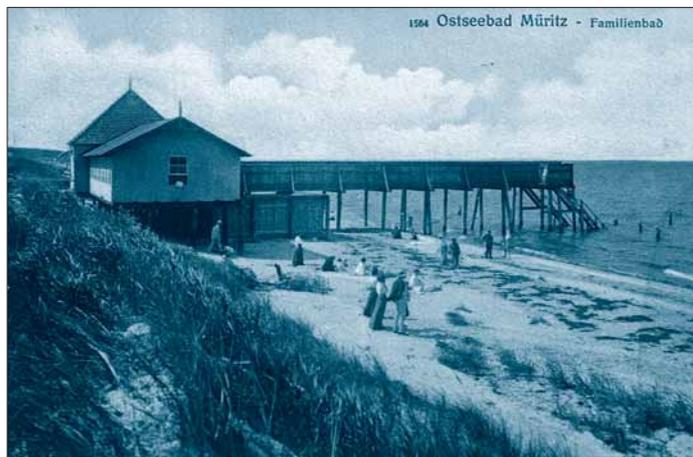
Kosten: 9,50 € / 8,00 € / 4,00 €

Aus dem Heimatmuseum Mecklenburgische Monatshefte 1935

Ein plattdeutscher Text von Dr. Enno Mattheißen – übertragen von Anna-Margarete Zdenka
Eigentümer Wolfgang Lübcke-Müritz

Wie es vor fünfzig Jahren in Müritz und Graal aussah

Ich will euch erzählen, wie es geschah, daß Müritz, welches 100 und mehr Jahre wie in einem Dornröschenschlaf an der Ostsee geträumt hatte, sich eines Tages die Augen wischte und als „Seebad“ aufwachte. In Rostock lebte ein Augendoktor. So manch Rostocker hat sich von ihm in die Augen sehen lassen. Ich meine Professor Z. Er wohnte in der Augustenstrasse und wanderte viel in Rostocks Umgebung herum, nach Schwinkuhl, Mönkeweden, Kösterbeck, Ollendorf, Doberan und wie ihr alle so heißt, die ihr euch wie ein Blumenkranz um meine schöne Heimatstadt Rostock legt. Laufen konnte er vorzüglich, denn trotz weißer Haare hatte er rote Wangen (Backen) wie ein Borstorfer Apfel. So lief er also auch eines Tages einmal wieder die Ribnitzer Chaussee lang und als er an den Rövershäger Krug kam, dachte er, solltest doch mal sehen, ob du nicht von hier aus durch den Wald an die See laufen kannst. Er bog links beim Krug ab und lief seiner Nase und seinem Kompaß nach immer durch den herrlichsten Buchen- und Tannenwald. Als er nach ein paar Stunden ein kleines Fischerdorf vor sich liegen sah und beim ersten Katen um die Ecke guckte, rief er wie die alten Griechen unter Xenophon (1) – der alte J.H.D. Kern hat uns das so schön auf dem Rostocker Gymnasium erzählt: „Thalatta, Thalatta“- das soll wohl Ostsee heißen. Jetzt wußte er, daß er sich in Müritz befand. Just in diesem Augenblick hatte Müritz' Schicksalsstunde geschlagen und die Müritzer sagten: „Na, denn helpt dat nich, denn sünd wi entdeckt“. Mein lieber Professor wurde von den



Müritzer Büdnern freundlich aufgenommen. Er konnte sich erst einmal an Pellkartoffeln mit Strippe (2) satt essen. Danach schlief er wie ein Hamster zur Winterzeit. Das alles behagte ihm so sehr, daß er sich sofort noch acht Tage bei den freundlichen Fischersleuten einmietete. Als es nun ans Bezahlen ging, legte er einen blauen Schein auf den Tisch. Er hatte gerade nichts anderes dabei. So etwas hatte Vadding Grahl überhaupt noch nicht gesehen und hielt es glatt für eine Lüge. Sein Bruder Karl in Ribnitz hatte ihm schon 'mal einen Zwanzigmarschein gezeigt, aber hundert, nein das ging doch wohl nicht. So stieg unser lieber Professor bei Nacht und Nebel ganz leise aus dem Fenster, lief zu Fuß nach Ribnitz und wechselte sich Taler (Münzen) ein. Später haben die Müritzer die Hundert- und Tausendmarkscheine auch noch kennengelernt. Als in den nächsten Jahren noch mehr Familien kamen: Rostocker, Berliner und Hamburger, hatte mein Vater auch etwas von Müritz erfahren. Es ist nun fünfzig Jahre her, und am fünfzehnten Juli, als die Sommerferien anfangen, verstaute meine Mutter die ganze Familie – wir waren sieben Kinder – eine Köchin und ein Dienstmädchen auf einem großen Lei-

terwagen, den mein Vater in Rövershagen gemietet hatte; dazu auf einem zweiten noch Betten und Koffer, Feldstühle, Töpfe und eine Kaffeemühle, eben alles, was zu einem vollständigen Haushalt gehört. Eine Kiste mit Schulbüchern haben wir auch noch mitgenommen. Obendrauf lag ein großer Packen guter Vorsätze. Die haben wir aber sofort am ersten Tag zusammen mit den Büchern in eine Schublade geschmissen, denn wir hatten etwas anders zu tun, als in den dämlichen Büchern zu lesen. Und als der letzte Ferientag herangekommen war, wanderte Cornelius Nepos und Ostermann (3) mit ihrer gesamten Weisheit in die Kiste. In diesen Sachen waren wir nicht klüger geworden, aber wie die Kirschen beim Nachbarn Winter schmecken und wo das graue Huhn seine Eier legt, das wußten wir. Mich deutet, daß war besser als der ganze Titus Livius (4). Wir sind wenigstens richtige Jungens gewesen, haben uns im Sand geaalt, die Hosen zerrissen; Mudding hatte mit dem Ausbessern zu tun... Ach du lieber Gott, wenn der letzte Ferientag gekommen war, war das ein Abschied nehmen von den Schwerinern und Berlinern, mit denen wir „ewige“ Freundschaft geschlossen hatten. Diese

Freundschaft war besiegelt worden mit Blut und Pfeife rauchen, so wie es richtige Indianerart ist. Wo sind sie alle geblieben, mit denen ich Räuber und Soldat, Kuhlsög (5), „Abo, Bibo, Cellerlicker, Dodenkopp“ und all die schönen Sachen gespielt habe? Nur von den Müritzer Jungens treffe ich noch den einen oder anderen und freue mich, wenn ich mit ihm über die alten Zeiten schnackeln kann... In Graal standen weiter nichts als alte Bauernkaten mit Strohdach, in denen es uns jedoch behagte. Müritz war damals mit dem Hotel Anastasia zu Ende... Negerstänze (6). Tango Foxtrott und Jazzkapelle gab es damals noch nicht. Wenn man aber meint, die jungen Leute hätten sich nicht amüsiert – das stimmt nicht. Mitunter zogen wir so drei, vier Familien lustig nach Dierhagen, die „Mackpas“ (7) voll allerlei guter Sachen. Voraus die Ziehharmonika, ging es mit „Hün und Perdün“ (8) auch Rostocker Studenten waren dabei zum Fischerkrug. Ich glaube, es ging richtig lustig bei uns zu. Meine liebe Schwester spielte abwechselnd auf dem Klavizimbel und mit der Ziehharmonika. Alle anderen tanzten Polka, Walzer, Rheinländer und „wenn hier ein Pott mit Bohnen steit un dor ein Pott mit Brie“ (9), Kegel und wie die schönen Mecklenburger Tänze alle heißen. ... Ein anderes Mal ging es in die Graaler Wiesen. Ein Teekessel mit Wasser, reichlich Essen und Trinken, Bier und Wein, eine Flasche „Conrad Lehment“ und Rum für einen steifen Grog. Das alles wurde auf eine Schubkarre geladen. Mein Busenfreund Albert Grahl, der Sohn unseres Hauswirtes, schob sie. Hatten wir uns einen guten Platz ausgesucht, wurden Kaffee und Tee gekocht. Für die

Aus dem Heimatmuseum

starken Leute, zu denen ich mich auch schon rechnete, ein kleiner Grog. Die Studenten tanzten auf dem Waldboden wie auf schönstem Parkett. Mein Vadding und Senator K., mit seinen über neunzig Jahren ist er heute noch am Leben, sangen lautsark „o alte Burschenherrlichkeit“ und gingen sich mit Knüppeln zu Leib, weil sie dachten, sie stünden auf Mensur. Wenn wir meinten, wir hätten zu viel auf die Karre geladen, nein, das war nicht an dem. Ja, meine Mutter konnte genau berechnen, was in einen hungrigen Studentenmagen paßt und eine durstige Studentenkehle schlucken kann. Das wußte sie von ihrem Bruder Karl, der viele Jahre stolz das blau-weiß-goldene Band der Rostocker Westgoten (10) getragen hatte. Für mich kam dann auch eine Zeit, wo ich gern einen guten Tropfen trank. Das war zu einer Zeit, wo es für einen jungen Menschen noch nicht gut ist, denn die Schule kommt dabei zu kurz. Darum haben mich auch alle Lehrer, auch der alte Direktor, Krause, Peter Götz, Bollert, Rieck und der große plattdeutsche Felix Stillfried (Brandt) und wie die guten Leute alle hießen, so gern gehabt, daß sie mich immer länger bei sich behielten, als es meinem Vater recht war. So war ich denn wieder einmal zu Michaeli (11) sitzengeblieben. Meine Eltern waren verreist, die Luft war rein. Mein Freund Voß – er wurde wegen seiner roten Haare so genannt – auch einer denen, dessen Talente von seinen Lehrern nicht richtig eingeschätzt wurden – und ich machten uns auf den Weg nach

Ribnitz. Nachts schliefen wir in Körkwitz auf einem Heuboden. Am anderen Morgen ging es mit hungrigem Magen nach Wustrow. Wir haben auch versucht zu betteln, doch vergeblich. Wir verstanden es wohl noch nicht so recht, weil wir noch keine Kriegszeiten durchgemacht hatten. Endlich trafen wir einen Kuhhirten, mit dem wir ein Tauschgeschäft abwickelten. Er bekam unsere gemeinsame Zigarrenspitze und wir sein Butterbrot. Junge, Junge hat das geschmeckt. Als wir in Graal bei Lurenz ankamen lag dort eine Karte von Mudding. Au weh, Karlina, mir schwante schon, in welcher Sprache Vadding sich mit ihr unterhalten wollte. Da hat mir auch der Atlas nichts genützt, den ich mir vorher untergebunden hatte. Es gab was auf den Balken. Gezählt hab ich sie nicht, aber sie waren gut – die Hiebe. Nach diesen Flegeljahren kam die Zeit, von der alte Schiller sagt: „Es schwelgt das Herz in Seligkeit“. Noch heute finde ich in so mancher Buche ein eingeschnittenes Herz mit zwei Buchstaben, die von dieser Seligkeit erzählen. Es war immer die „erste“ Liebe. Und als zweite kam dann noch die aus der Müritzer Ferienzeit, mit der wir bei gutem Wetter Krocket gespielt haben und bei schlechtem Wetter Pfänderspiele. Dabei gab es dann auch mal einen Brief mit fünf roten Siegeln. Zuerst gab es in Müritz nur eine kleine Badeanstalt mit vier Buden. Die Damen badeten von neun bis zwölf, die Herren vorher und nachher. Im September hatten wir die Zeit umgedreht, weil wir so ziemlich die

einzigsten Gäste waren. Eines Tages tummelten sich gerade Damen im Wasser, als ein Herr anspaziert kam, sich in einer der Buden auszog und splitternackt auf der Treppe stand. Da hättest du aber meine Mutter hören sollen, die um die Moral ihrer Küken bangte. Damals herrschten nämlich andere Sitten; soviel hübsche Beine wie heute bekamen die Männer noch nicht zu sehen. Der Spaziergänger mußte sich wieder an- und dann abziehen. WC und Bad im Haus gab es damals noch nicht. Die „sanitären Verhältnisse“ waren, wie mein Vadding sagte, „ländlich-schändlich“. Auch Wasser war knapp. Eisen ist gut fürs Blut, aber zum Kochen und Waschen taugt es nicht. Eine Wasserkunst gab es in Müritz auch noch nicht. Elektrisch? Ja, Pustekuchen. Abends um neun wurden wir Kinder ins Bett gesteckt. Wenn aber die Luft rein war – Vadding trank gern noch ein Glas Bier bei Brümmern – lasen wir bei einer Petroleumfunzel bis tief in die Nacht Räuber- und Indianergeschichten. Einmal am Tag kam der Briefträger zu Fuß von Gelbensande oder Rövershagen, später mit dem Rad. Wir haben uns keinen Deut darum geschert, wie es in der Welt zuging. Die Zeit lief schon so toll genug. Zweimal wöchentlich kam der alte Schlachter Kammin aus Ribnitz zu Fuß mit seinem Wagen durch den Sand nach Müritz, um uns vor dem Hungertod zu bewahren. Mudding kochte selber. Donnerwetter, hat uns das immer gut geschmeckt! Auch heute schmeckt einem das Essen so gut wie damals und es bekommt einem auch gut. Das

siehst du an Fräulein Lischen aus der Graaler Strandhalle. Die trudelt immer von einem Tisch zum anderen und bleibt immer rund und mollig. Ob sie mir in diesem Jahr wohl wieder einen so tollen Schlummerpunsch zum Schlafen bringen wird? Die Zeiten sind heute anders geworden, als es vor fünfzig Jahren war. Soviel will ich nur sagen, wenn du Kummer, Leid und Ärger hast, reise nach Graal oder Müritz. An die blaue See, in den weiten grünen Wald an den weißen Strand, dort kannst all das loswerden. Deine Kinder finden dort ein richtiges Paradies, bekommen rote Backen und blanke Augen. Ich glaube, wenn ich mal meinen Löffel abgegeben habe, dann schwebt das, was von mir übrig bleibt, wenn der Mond aufgeht, mit dem weißen Nebel über die Wiesen und über den Wald und sucht alle Stellen auf, wo ich einst als Junge die schönsten Zeiten meines Lebens verbracht habe, in meinem lieben Müritz.

- (1) Athenischer Geschichtsschreiber
- (2) Speck-Zwiebel Mehltnunke
- (3) Lehrbücher für das Gymnasium
- (4) Lat. Lehrbuch
- (5) Spiel mit Murmeln
- (6) Frühere Bezeichnung für Schwarzafrikaner
- (7) Viereckiges Tuch, das zu einem Bündel geschnürt war
- (8) Plattdeutsches Wort für „alles“
- (9) Mecklenburgischer Tanz
- (10) Akademische Studentenvereinigung
- (11) 29. September genannt nach dem Apostel Michael



Walter Kempowski Ich möchte Archiv werden Nachlese

SONDERAUSSTELLUNG 16.06. - 31.07.2020
im Heimatmuseum Graal-Müritz, Parkstraße 21



Was mir in Graal-Müritz noch so auffiel

Liebe Gäste im Ostseeheilbad Graal – Müritz,

nach einer langen „Auszeit“, bedingt durch die Corona-Pandemie, kann nun die längst fällige Ausgabe des 225. Windflüchters erscheinen. Graal-Müritz fast drei Monate ohne Gäste, das war für die Einwohner ein Erlebnis der besonderen Art. Die meisten von Ihnen besuchen uns vor allem wegen der Ostsee. Und beim ersten Strandbesuch werden Sie über die Veränderung zwischen Strandzugang 36 und der Seebrücke erstaunt sein, denn hier beträgt die Breite zwischen dem Wellenschlag und dem Dünenfuß bei normaler Wetterlage zwischen 40 und 50 Meter. Grund dafür ist die notwendige und lange geplante Sandaufspülung an diesem Teil der Ostseeküste. Auf einer Länge von 1300 Metern mussten die Schorre, der Strand und die Düne verstärkt werden, um auch in Zukunft den Ort sicher vor Hochwasser zu schützen. Dazu waren 23000 m³ Sand nötig. Den besorgten die dänischen *Laderaumsaugspülbagger* FREJAR und THORR. Die Typenbezeichnung dieser Schiffe gibt bereits Auskunft darüber, was sie alles erledigen können.

Von einer durch das Bergbauamt zugewiesenen Sandlagerstätte am Grund der Ostsee, die sich in unserem Fall ca. 10 km vor der Küste befindet, saugt der Bagger ein Wasser-Sand-Gemisch in seinen knapp 3000 Tonnen fassenden Laderaum. Das Wasser läuft zum größten Teil von Bord ins Meer ab.

Beladen mit Seesand fährt das Schiff in die Nähe des Strandes. Dort befindet sich eine vom Strand bis in die See verlegte Dükerleitung, deren Ende an das Pumpensystem des Baggers gekoppelt wird. Und nun wird die Sandladung wieder mit Wasser vermischt, durch die Rohrleitung gedrückt und so an Land transportiert. Das Wasser

fließt zurück ins Meer. Der Sand bleibt am Strand zurück und kann mit starken Baggern und Planiertrauben in die gewünschte Strand- und Dünenform geschoben werden.

Die Kronenbreite der Düne beträgt nun 22 bis 32 Meter und ihre Höhe 4,5 Meter. Der Dünenfuß seeseitig beginnt bei einer Höhe von 2 Meter über dem normalen Wasserstand der

Ostsee. Von dieser Grenze des Strandes steigt die Düne im Verhältnis 1:3 an. Der Draht markiert diese Grenze, und die Badegäste sind aufgefordert, diese zum Schutz der Düne nicht zu überschreiten. Die übliche Bepflanzung mit Strandhafer kann erst im Herbst erfolgen, wenn die Sand- und Luftfeuchtigkeit wieder höher sind. Die schwache Neigung des breiten Stran-

des (ca. 1:30) bietet nun viel Platz für viele Badetücher, Strandmuscheln und Strandkörbe. Der zurzeit gebotene Personenabstand dürfte damit kein Problem sein.

Neu sind auch die niedrigen Schilfmatten im Dünenbereich. Sie sollen das Verwehen des losen Sandes bei starkem Wind aus West bis Nord verhindern. Der bisherige starke Sandtransport von Graal nach Müritz hatte zur Folge, dass der Bereich vom Stromgraben bis zur Seebrücke bei starken Nord-West-Winden beschädigt wurde. Ein großer Teil des Flugsandes lagerte sich hinter der Seebrücke in Richtung Müritz/Ost ab. Der Anfang der Seebrücke versandete und die Dünen weiter östlich wurden mächtiger; im Laufe der Zeit stärker, als gewünscht war.

Deshalb wurde die Dünenkrone dort im vergangenen Jahr abgetragen und der Sand wieder auf die Seeseite transportiert. Diese Veränderungen an der Graal-Müritzer Küste versucht man nun u. a. mit den Windfangmatten zu verringern, wenigstens zeitlich zu verzögern.

Küstenschutz ist für uns Küstenbewohner und das nahe Hinterland immer ein Thema.

Was mir in diesem Zusammenhang gar nicht einleuchtet, ist die Tatsache, dass man das Land westlich des Stromgrabens in Richtung Markgrafenhede vom Staatlichen Amt für Landwirtschaft und Umwelt nicht mehr vor dem Küstenabbruch schützen will. Die lückenhaften Bühnenreihen werden nicht ersetzt.

Im Jahr 1993 berichtete der ehemalige Oberforstmeister der Rostocker Heide und Küstenschutzfachmann Jochen Bencard unter der Überschrift *Späte Einsicht brachte Bühnen*, dass Wellenbrecher (gemeint sind die Bühnen K.G.) seit 1970 wieder aktuell wurden, nachdem man ab den zwanziger Jahren aus Kostengründen die



Bagger FREJA vor dem Strand von Graal-Müritz



Rohrverlegung bei der Sandaufspülung



Versandete Seebrücke nach einem Sturm

Was mir in Graal-Müritz noch so auffiel Fortsetzung von Seite 7

Instandhaltung der bis dahin üblichen Faschinenbuhnen eingestellt hatte. Seit den vierziger Jahren gingen im Durchschnitt 2,5 Meter Land verloren, so dass im Laufe der Jahre ganze Waldabteilungen der See zum Opfer fielen. Auch jetzt können Sie am Strand hinter der Wiedortschneise die zerstörerische Wirkung der Stürme der letzten Jahre erkennen. Die Forstleute sind inzwischen nicht mehr in der Lage, die umgestürzten Bäume aus diesem Gebiet zu holen. Bencard schrieb: „Erst in den siebziger Jahren errichtete man solche Wellenbrecher im Raum Heiliger See, Markgrafenheide bis Hohe Düne. In den Jahren 1980 bis 1988 war dann die Küste vor der Rostocker Heide an der Reihe. Die Brecher bewirkten sehr schnell eine erhebliche Strandverbreiterung. Das überzeugte auch die Gegner dieser Bauwerke. Nunmehr stehen ... östlich der Warnow bis Graal-Müritz 128 Pfahlbuhnen. Sie haben eine durchschnittliche Länge von 100 Metern, und der Abstand von Buhne zu Buhne ist ebenso groß. Die Pfähle bewirken er-



Sandfangmatten werden sturmsicher aufgestellt



Die Drahtabspannung an Strandaufgängen und Dünenfuß wird angebracht.

hebliche Strandverbreiterungen, wodurch die Dünen bedeutend verstärkt werden konnten. Nachteilig ist nur, daß das 12 Kilometer lange Buhnensystem vor der Heide nur durch künstliche Sandaufspülungen erhalten werden kann, denn aus dem Bereich westlich der Mole (gemeint ist die Ostmole an der Warnemünder Ausfahrt K.G.) erfolgt keine natürliche Sandzufuhr.“

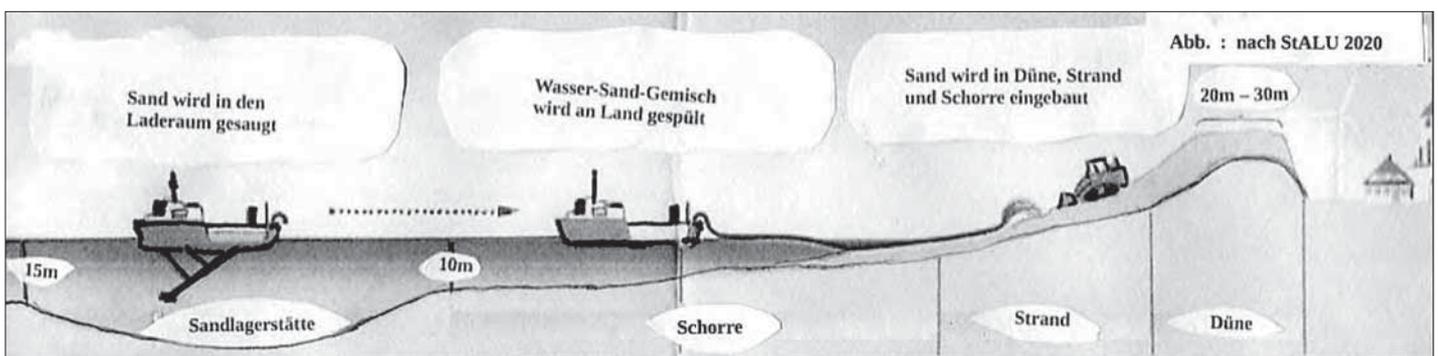
Und nun sollen wir das Land, den Wald und die teuer erworbene Infrastruktur (Rad- und Wanderwege, Naturlehrpfade, Campingplätze usw.) dem Meer überlassen?

Ich kann es nicht begreifen. Ich empfinde es, wie bei vielen anderen Sachverhalten auch, als ein Pendeln zwischen Übertreibung und Vernachlässigung.

Trotz meiner kritischen Gedanken wünsche ich Ihnen einen zauberhaften Sommer und viel Freude in und an der Natur um Graal-Müritz herum.

Es gibt für Sie noch viel Neues in unserem Ostseeheilbad zu entdecken, dabei wünsche ich Ihnen viel Spaß!

Klaus Graf



Schematische Darstellung einer Sandaufspülung von See aus

alles frisch



NEU in Graal-Müritz
Graal-Müritzer Wochenmarkt
 in der Kurstraße
 jeden Donnerstag 10 - 16 Uhr

Uns plattdütsch Eck

Leiw Läser, leiw Gäst, leiw plattdütsch Frünn¹

Stein, Stein Stolperstein. Also, wi sünd riek, nu, nich wat Ji nu meint, nee, dat nich. Wi sünd steinriek ! Von all uns Reisen un Wannern hebben wi Stein mitbröcht; Stein, dei uns in't Oog fölen, männigmal wier't so, as wenn sei uns ankeeken, orrer uns direkte-mang vör dei Fäut kullerten, so as ein kugelrunnen in Zagreb, dei nu as Handstein ümmer bi mi is....Stein hebben wi noch un noch. Wi moegen ehr, un dat Wurt „Stein“, dat öller is as dei dütsche Sprak, moegen wi ok. Dat giwt ok vüle urolle Rädensorten in uns Sprak, as tau'n Bispill: „einen ein Stein mang dei Bein schmieten“ orrer ok „Ick legg di noch mal'n Stein in'n Weg“ (Rachedrohung), oewer ok: „ du hest 'n Stein bi mi in'n Brett.“ Wat soväl is as = du hest bi mi wat gaut, du büst mi angenehm. „Stein“ is also ok in't Plattdütsche lebennig...

Hüt oewer, leiw Läser, leiw Gäst, leiw plattdütsch Frünn¹, will ick oewer ein ganz anner Ort von Stein schrieben, nich von dei, dei hier bi uns noch von dei Iestiet her in un up uns Ierd liggen, nee, von dei, dei Minschen leggt hebben, dormit dat wi an ehr in't Stolpern kamen, as = Ursache eines Ärgernisses, Stolperstein also; „ Ein Stein des Anstoßes“, wat ein Bild ut dei Bibel is.

Worüm sei henleggt worden sünd, seggt dei Schriewersfru Edeltraud Richter:

„Stolperstein

Uns Lief un Geist ward'n tau fix matt,
Geiht in uns Läben all's tau glatt.
Ein Stolperstein kümmt oft grad' recht,
Woans man in uns Mund'sprak seggt:
Dat wi nich afhäb'n von dei Ierd
Un nahsinn'n oewer Plan un Wiert-

Ein Stolperstein dücht uns as Brems.
Hei sett uns würllich 'ne lütt Grenz.
Ihrer ein sick för 'ne Allmacht höllt
Un dorbi von ganz baben föllt.
Dat Toegern reikt em un hei kriggt
Up männig Sak 'ne anner Sicht-

Väl Stolperstein ligg'n hüt as Pand,
Von Minschen leggt in 't düütsche Land
As Mahnung gägen Haß un Angst
Un dat du nich as anner wankst,
För Glück un Indracht instaustrahn,
So 'n Stolperstein sall 'n mit uns gahn.“¹⁾

Leiw Läser, leiw Gäst, leiw plattdütsch Frünn¹,
nah dat, wat körtens in Hanau passiert is, leet un lött mi dat kein Rauh nich, ick möt dortau wat seggen, denn dat is upstunns ok uns Würllichkeit ... Nähmen wi uns also Tiet, dorowewer nahtaudenken, tau räden un, as Fritz Meyer-Scharffenberg eins säd, wat tau daun. Jeder von uns nah sien Moeglichkeit. Nipp so, as Edeltraud Richter seggt, gägen Hass un för Glück un Indracht intaustrahn...
Hollt Juch fuchtig!

Juch *Anna-Margarete Zedronka*

¹⁾ Edeltraud Richter, So is dat Läben, S. 38, G&D Grafik, Druck&Verlag GmbH, seit 2007

Unser Ausflugs-Tipp Karl's Erlebnis-Dorf



Nur knapp 15 km von Graal-Müritz entfernt, können Sie Karl's Erlebnis-Dorf einen Besuch abstatten. Für die ganze Familie wird es ein Erlebnis werden, denn Karl's ist mehr als ein Bauernmarkt, mehr als Essen und Trinken, mehr als Souvenir-Shop. Sie erleben live, wie Kaffee geröstet wird, Marmelade gekocht wird und Bonbons hergestellt werden.

Pony reiten, Karpfen füttern und streicheln und im neuen Bonbon-Tobeland alles ausprobieren, wird ein großer Spaß für die Kinder werden.

Wir möchten Ihnen ein ganz besonderes Highlight empfehlen:

„Afrika – Expedition zum Kilimanjaro“ heißt die 17. EISWELT. Auf einer Fläche von 2.000 qm sind bezaubernde Landschaften aus 300 Tonnen Eis entstanden und versetzen die Besucher in Erstaunen. Ergänzt wird die Ausstellung mit spektakulären Licht- und Musikeffekten. 25 Künstler aus 12 Ländern haben die Figuren und Geschichten aus Eis entworfen. Unter den dick eingemummelten Eisweltparkas versteckten sich echte Eisexperten, wie die lettische Bildhauerin Maija Punche. Eine besonders weite Anreise hatte Joe Autry aus Amerika.

Insgesamt 24 Stationen aus Schnee und Eis warten auf die Besucher. Vom Basislager geht es auf Kamelen vorbei an Pyramiden, durch Wüsten und Regenwälder, bis am Horizont Giraffen auftauchen. Weitere Höhepunkte sind eisige afrikanische Dörfer, erstarrte Löwen, süße Elefantenbabys aus gefrorenem Wasser und natürlich der schneebedeckte Kilimanjaro mit seinem Gipfel, dem Uhuru Peak.

Bei -8 Grad bekommen Sie außerdem ein wenig das Gefühl für einen Wintertag in Eis und Schnee.

Die Eiswelt ist täglich von 09.00 bis 19.00 Uhr geöffnet – und das sogar bis November 2020.

Wir wünschen viel Spaß auf gefrorenen Wegen durch Afrika!
Tourismus- und Kur GmbH

(Text z.T. www.karls.de)

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/Dienstag/Donnerstag	8.00-12.00 und 15.00-18.00 Uhr
Mittwoch	8.00-13.00 Uhr
Freitag	8.00-12.00 Uhr

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 u. nach Vereinbarung
Mittwoch	8.00-12.00 und 14.30-18.00 Uhr
Donnerstag	8.00-12.00 Uhr
Freitag	8.00-12.00 Uhr

**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 - 87 98 381; 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 **JULI** 06 **A** 13 **H** 20 **E** 27 **D** **AUG** 02 **G** 09 **B** 16 **F** 23 **A** 30 **H**
Die 07 **F** 14 **A** 21 **H** 28 **E** 03 **C** 10 **G** 17 **B** 24 **F** 31 **A**
Mi 01 **G** 08 **B** 15 **F** 22 **A** 29 **H** 04 **D** 11 **C** 18 **G** 25 **B**
Do 02 **C** 09 **G** 16 **B** 23 **F** 30 **A** 05 **E** 12 **D** 19 **C** 26 **G**
Fr 03 **D** 10 **C** 17 **G** 24 **B** 31 **F** 06 **H** 13 **E** 20 **D** 27 **C**
Sa 04 **E** 11 **D** 18 **C** 25 **G** 07 **A** 14 **H** 21 **E** 28 **D**
So 05 **H** 12 **E** 19 **D** 26 **C** 01 **B** 08 **F** 15 **A** 22 **H** 29 **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 Rufweiterschaltung 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 - Sa 09:00-18:00 Uhr
So 10:00-16:00 Uhr

Bäderbibliothek
Fritz-Reuter-Straße 17
Tel.: 038206 / 77241

Mo / Do 09:00-11:30 Uhr
13:00-16:30 Uhr
Di 09:00-11:30 Uhr
13:00-19:00 Uhr
Mi geschlossen
Fr 09:00-12:00 Uhr

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

Mo - Sa 09:00-18:00 Uhr
So 10:00-16:00 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. So 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 Eucharistiefeyer eingeladen.
Sonntag **9:00 Uhr Heilige Messe.**

INFO für Angler!

In der Touristinformation 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 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: 7.500 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 **01.09.2020.**
Abgabetermin für redaktionelle Beiträge und Anzeigen ist der **11.08.2020.**

+++ Ratgeber Dr. Koch +++

Ökosystem Darm

Dass ein gesunder Magen-Darm-Trakt für die Gesundheit und das Wohlbefinden eines Menschen von großer Bedeutung ist, steht außer Frage.

Leider sind Darmbeschwerden und verschiedene Darmerkrankungen relativ weit verbreitet – angefangen von gelegentlichen Unpässlichkeiten wie Blähungen und Verstopfung, über das Reizdarmsyndrom bis hin zu so schwerwiegenden Leiden wie Morbus Crohn, Colitis ulcerosa und Darmkrebs. Deshalb muss das Ökosystem Darm besonders stark und mit vielen Bakterien versehen sein. Damit dieses Darm-Ökosystem all seine vielfältigen Aufgaben bestmöglich erfüllen kann, muss es sich in einem stabilen Gleichgewicht befinden und möglichst wenig Störfaktoren ausgesetzt sein.

Ein gesunder Darm ist die Voraussetzung für einen gesunden Körper und Geist! Jeder Mensch trägt einen individuellen Mix an Bakterienarten im Darm. In der Mundhöhle leben bis zu einer Milliarde Bakterien, die sich von den Essensresten ernähren. Dicht gedrängt leben im Darm mehr als 100 Billionen unterschiedliche Mikroorganismen. Größtenteils handelt es sich um Bakterien. Es sind zehnmal mehr Bakterien, als der Mensch an eigenen Zellen besitzt. Die Gesamtheit dieser Mikroorganismen, die im Verdauungstrakt in erster Linie den Dickdarm

besiedeln, wird als "Darmflora" bezeichnet. Genau genommen ist der Begriff "Flora" allerdings nicht richtig und korrekt, beruht er doch auf der längst überholten Ansicht, dass die mikroskopisch kleinen Lebewesen dem Pflanzenreich zuzurechnen sind. Richtigerweise müsste man vielmehr von einer "Mikroorganismen-Gemeinschaft" oder einem „Mikrobiom“ sprechen. Der Begriff Mikrobiom ist relativ neu. Mit ihm bezeichnet man alle auf und in einem Organismus beheimateten Bakterien. Die Darmflora setzt sich aus einem Großteil dieser Bakterien zusammen. Man weiß mittlerweile, dass alle Lebewesen vom wirbellosen Wurm über Insekten und Reptilien bis hin zum Menschen über ein eigenes Mikrobiom verfügen. Da die Bezeichnung Darmflora aber sehr geläufig ist und die „korrekten“ Bezeichnungen sehr unbekannt sind und eigenartig klingen, sollte man weiterhin von Flora bzw. Darmflora sprechen.

Die Funktionen der Darmflora sind vielfältig: Hauptsächlich schützt sie den gesamten Körper vor Eindringlingen und unterstützt deren Stoffwechsel. Aber auch die immunologische Funktion und die Herstellung von Vitaminen spielen eine große Rolle für die Gesundheit. „Gesundheit beginnt im Darm“ – schon in der Antike erkannte man, dass eine "schlechte Verdauung" die Wurzel vieler

Krankheiten ist. Hippokrates schrieb: „Der Tod sitzt im Darm“.

Man spricht aber auch von einem „Gehirn im Darm“.

Jahrzehntelang wurden Menschen belächelt, die sich mehr auf ihr Bauchgefühl verlassen haben als auf den Kopf. Die Forschungen der letzten Jahre haben aber gezeigt, dass wir die Bedeutung des Bauch- oder besser Darm-Hirns gar nicht hoch genug einschätzen können.

Der Darm ist mit mehr als 100 Millionen Nervenzellen eine eigenständige Schaltzentrale im Körper. Das Darm-Hirn ist das zweitgrößte Nervensystem des Körpers. Die Hauptaufgabe dieses Nervensystems besteht darin, die Verdauung zu regulieren, das heißt die Darmtätigkeit zu steuern. Das Darm-Hirn und das Kopf-Hirn sind sich sehr ähnlich.

Ein klarer Beleg dafür ist die Entwicklung des Embryos im Mutterleib: Das Nervensystem im Darm entsteht aus demselben Gewebe wie das Nervensystem im Kopf. So ist es auch nicht verwunderlich, dass Darm-Hirn und Kopf-Hirn ganz ähnlich aufgebaut sind. Sämtliche Nervenzelltypen des Kopf-Hirns existieren auch im Darm. Und alle Botenstoffe wie Dopamin, Serotonin und 28 andere des Gehirns strömen auch durch den Darm. Mehr noch: 95 Prozent des Serotonins im menschlichen Körper werden im Ma-

gen-Darm-Trakt produziert.

Nur etwa 10 Prozent der Informationen, die nervlich übermittelt werden, fließen vom Kopf-Hirn in den Darm, 90 Prozent hingegen sendet das Darm-Hirn an das Kopf-Hirn. Eine wesentliche Verbindung für diese Übermittlung ist der Vagusnerv, der an der Regulierung fast aller innerer Organe beteiligt ist.

Zwischen Darm und Gehirn gibt es einen umfangreichen Austausch an Informationen. So gelangen ständig auch Informationen aus dem Darm in das limbische System, das für das Gefühlsleben zuständig ist.

Signale aus dem Magen-Darm-Trakt können also die Stimmungslage, Stressanfälligkeit, Emotionen, kognitive Prozesse, den Appetit und die Stärkung des Immunsystems beeinflussen. Die Alltagssprache beweist das: Etwas schlägt uns auf den Magen, wir haben ein komisches Gefühl im Magen oder wir haben ein gutes Bauchgefühl.

Anders herum funktioniert die Kommunikation ebenfalls. So erreichen Stresssignale aus dem Gehirn auch den Darm und setzen die Darmwand in Bewegung. Wir bemerken das an den oft unangenehmen Reizen für den StuhlDrang. In der Alltagssprache würden wir durchaus sagen, dass wir „Schiss bekommen“.

Dr. med. Lutz Koch

+++ Einblick in die Mecklenburger Küche +++



© eatsmarter

Himmel un Erd (Himmel und Erde)

(Eine Rezept-Empfehlung aus dem Heimatmuseum.)

Roh geschälte Kartoffeln kocht man in mäßig gesalzenem Wasser. Die abgessenen garen Kartoffeln werden zu Brei gedrückt und mit inzwischen gekochten und durchgedrückten säuerlichen Äpfeln zu gleichen Teilen vermischt. Man brät Speck aus, mischt ihn unter und schmeckt mit Salz, wenn nötig auch mit Zucker ab.

„De dümmsten Buern hebben de gröttsten Karttuffel“

AQUADROM

Gesundheit | Sport | Wellness
im Ostseeheilbad Graal-Müritz



Aktuelle
Öffnungszeiten und
besondere Hinweise:
www.aquadrom.net

Endlich wieder für Sie geöffnet:

Meerwasserschwimmbecken · Sauna · Wellness
Massagen · Fitness-Studio · Badminton · Kegelbahnen
Physiotherapie · *Aqua* - Das Restaurant · Biergarten

Wir freuen uns auf Ihren Besuch



Aquadrom Graal-Müritz | Buchenkampweg 9 | 18181 Graal-Müritz | Tel. 038206 - 8 79 00
Unsere Datenschutzhinweise finden Sie unter: www.aquadrom.net/datenschutzhinweise
Betreiber: Aquadrom Graal-Müritz GmbH & Co. Freizeit KG
Sitz und AG Hamburg HRA 118905 | USt-ID: DE190420822 **www.aquadrom.net**

RIBNITZER FISCH- HAFEN



DAS RESTAURANT

Tel. 03821. 390718

Tel. 03821. 894830

Im Ribnitzer Hafen gelegen,
begrüßen wir Sie in unseren beiden Einrichtungen.

- 1 Fischrestaurant +
1 Verkaufsstelle mit frischem Fisch, Räucherfisch +
Fischbrötchen und Imbiss mit Lachsdöner
- Das Restaurant DE ZEES
bietet Ihnen Fisch- und Fleischgerichte, selbstge-
backenen Kuchen und große Eisbecher.

Wir haben für Sie 7 Tage der Woche geöffnet.

Ribnitzer Fischhafen . Am See 40 . 18311 Ribnitz-Damgarten
info@fischhafen.de . www.fischhafen.de



ZWISCHEN WALD & WELLEN

IFA STRANDBAR DÜNE 26

Genießen Sie Snacks, Kuchen, Eis, Cocktails u. v. m.
mit Blick auf die Ostsee.
Geöffnet ab 12.00 Uhr (Mittwoch Ruhetag)

HONIGTRAUM -

Ein Fest für Haut und Sinne

Verfeinern Sie Ihr Hautbild. Honig in Form von
Peeling wirkt stabilisierend auf den gesamten
Feuchtigkeitshaushalt und macht Ihre Haut
streichelzart.

- Aroma-Honig-Peeling
- Aromabad mit Ylang-Ylang
- Honig-Sahne-Ganzkörpermassage
- Ruhephase

ca. 90 min 85,00 € p. P.

DAS ULTIMATIVE HAUTERLEBNIS

Gesichtsbildung „Lifting Cellular“ zur
intensiven Gewebstraftung und für eine glatte,
seidige Haut. Diese ultimative Verwöhnbehand-
lung schenkt Ihrer Haut neue Vitalität, Festigkeit
und pures Wohlbefinden.

ca. 70 min Verwöhnzeit, 95,00 €

Waldstraße 1, 18181 Graal-Müritz
T. +49 (0) 38206-73.0 F. +49 (0) 38206-73.4444
ifa-graal-mueritz-hotel.com
graal-mueritz@ifahotels.com

Ihre FeWo-Vermietung

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

Nutzen Sie unseren besonderen **SERVICE** und
unsere **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





Warnemünde zum Entdecken & Erleben

vom 31.05.2020 bis 01.11.2020 jeden Sonntag

Abfahrt Graal-Müritz Seebrücke **10.00 Uhr**
Ankunft Warnemünde Alter Strom (Zentrum) **11.30 Uhr**
3 Stunden Landgang in Warnemünde

Abfahrt Warnemünde Alter Strom (Zentrum) **14.30 Uhr**
Ankunft Graal-Müritz Seebrücke **16.00 Uhr**

Erwachsene 24,50 € Kinder (3-13 Jahre) 15,50 €
 Familienkarte 67,50 € Fahrräder & Hunde 4,00 €
 (2 Erwachsene mit bis zu 3 Kindern)

EINWEG-Fahrten

Erwachsene 14,50 € Kinder (3-13 Jahre) 9,50 €
 Familienkarte (2 Erwachsene mit bis zu 3 Kindern) 39,50 €

Ostsee-Mini-Kreuzfahrten

vom 31.05.2020 bis 01.11.2020 jeden Sonntag

2-stündige Rundfahrten auf der Ostsee in Richtung Fischland/Darß, Seebrücke Wustrow

Abfahrt Graal-Müritz Seebrücke **16.00 Uhr**
Ankunft Graal-Müritz Seebrücke **18.00 Uhr**

Erwachsene 17,50 € Kinder (3-13 J.) 9,50 € Hunde 4,00 €
 Familienkarte 45,50 € (2 Erwachsene mit bis zu 3 Kindern)



Erkunden Sie mit uns den internationalen **Ostseeküsten-Radwanderweg**. Steigen Sie ein - ob einfache Fahrt oder hin und zurück - machen Sie eine Pause bei uns an Bord.



Liebe Fahrgäste, ob fangfrischer Ostseehering, gebratene Warnemünder Kutter-Scholle oder kleine Leckereien - in unserem **Bordrestaurant** wird alles frisch zubereitet.



In unserem **Bordshop** finden Sie maritime Souvenirs, Süßigkeiten und Spirituosen (über 500 exklusive Whisky- und Rumsorten).

Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz • Rostocker Straße 3 • Telefon: 038206/70 30 • touristinformation.tuk@graal-mueritz.de
 Telefon Schiff: 0381/510 67 90 • www.msballica.de

Entdecken Sie mit uns die schönsten Winkel Mecklenburg-Vorpommerns!

Dienstags: **1 Boddenfahrt per Boot**

Mittwochs: **2 Inselrundfahrt Rügen**

Donnerstags: **3 Fischland-Darß-Zingst**

Samstags: **4 Hansestadt Rostock**

5 Steile Küstenlandschaft

Sonntags: **siehe Sonntagsfahrten**

6 Doberan - Kühlungsborn

Weitere Informationen zu Sonderfahrten und Sonntagstouren finden Sie unter:

www.rostock-rundfahrten.de

Inhaber Jan Dzarnowski
 Rostocker Transfer Service

Rostock Rundfahrten

Um Voranmeldung wird gebeten:

In Ihrem Tourismusbüro oder unter der 0381 / 20 15 633

© grafilly Design
 Ihre Webagentur aus Rostock.

Sonntagsfahrten 2020

Alle Termine in der Übersicht:

05.01.2020: Doberan - Kühlungsborn
 12.01.2020: Fischland-Darß-Zingst
 19.01.2020: Inselrundfahrt Rügen
 26.01.2020: Doberan - Kühlungsborn

02.02.2020: Fischland-Darß-Zingst
 09.02.2020: Inselrundfahrt Rügen
 16.02.2020: Doberan - Kühlungsborn
 23.02.2020: Fischland-Darß-Zingst

01.03.2020: Inselrundfahrt Rügen
 08.03.2020: Doberan - Kühlungsborn
 15.03.2020: Fischland-Darß-Zingst
 22.03.2020: Inselrundfahrt Rügen
 29.03.2020: Doberan - Kühlungsborn

05.04.2020: Fischland-Darß-Zingst
 12.04.2020: Inselrundfahrt Rügen
 19.04.2020: Doberan - Kühlungsborn
 26.04.2020: Fischland-Darß-Zingst

03.05.2020: Inselrundfahrt Rügen
 10.05.2020: Doberan - Kühlungsborn
 17.05.2020: Fischland-Darß-Zingst
 24.05.2020: Inselrundfahrt Rügen
 31.05.2020: Doberan - Kühlungsborn

07.06.2020: Fischland-Darß-Zingst
 14.06.2020: Inselrundfahrt Rügen
 21.06.2020: Doberan - Kühlungsborn
 28.06.2020: Fischland-Darß-Zingst

05.07.2020: Doberan - Kühlungsborn
 12.07.2020: Inselrundfahrt Rügen
 19.07.2020: Fischland-Darß-Zingst
 26.07.2020: Doberan - Kühlungsborn

02.08.2020: Inselrundfahrt Rügen
 09.08.2020: Fischland-Darß-Zingst
 16.08.2020: Doberan - Kühlungsborn
 23.08.2020: Inselrundfahrt Rügen
 30.08.2020: Fischland-Darß-Zingst

06.09.2020: Doberan - Kühlungsborn
 13.09.2020: Inselrundfahrt Rügen
 20.09.2020: Fischland-Darß-Zingst
 27.09.2020: Doberan - Kühlungsborn

04.10.2020: Inselrundfahrt Rügen
 11.10.2020: Fischland-Darß-Zingst
 18.10.2020: Doberan - Kühlungsborn
 25.10.2020: Inselrundfahrt Rügen

01.11.2020: Fischland-Darß-Zingst
 08.11.2020: Doberan - Kühlungsborn
 15.11.2020: Inselrundfahrt Rügen
 22.11.2020: Fischland-Darß-Zingst
 29.11.2020: Doberan - Kühlungsborn

06.12.2020: Fischland-Darß-Zingst
 13.12.2020: Inselrundfahrt Rügen
 20.12.2020: Doberan - Kühlungsborn
 27.12.2020: Fischland-Darß-Zingst

Um Voranmeldung wird gebeten!

Abfahrt: 13.00 Uhr Graal-Müritz*

*außer Rügen, Abfahrt: 8.00 Uhr Graal-Müritz

Rostocker Transfer Service • Inhaber Jan Dzarnowski

Telefon: 0381 / 20 15 633





Geschenke, Dekoration, Wohnaccessoires, Kunst, Schmuck und Uhren, Naturkosmetik u.v.m.
... mit Liebe ausgewählt

Kurstraße 19 · 18181 Graal-Müritz · Tel. 038206/173818
Öffnungszeiten: Di.-Fr. 10.00-12.30 und 14.00-18.00 Uhr
Sa. 10.00-12.30 und 14.00-17.00 Uhr



0174-8530842

www.bernsteinreiter.de

täglich **PONYREITEN / PONYKÜTSCHFAHRTEN**
ohne Anmeldung!



Ausritte zur Ostsee, Reitunterricht u.v.m.
BERNSTEINREITER
Erlebnisreiterhof
Neuklockenhäger Weg 1a
18311 Ribnitz-Damgarten

**10 Fachmärkte
40 Fachgeschäfte
Gastronomie &
Service**

Alles Gute ist hier beisammen...



**25
JAHRE**

**HANSE
CENTER**
BENTWISCH



DEUTSCHES BERNSTEINMUSEUM KLOSTER RIBNITZ

WO WIR SIND IST SONNE!

ADELIGES LEBEN IM BALTIKUM HERRENHÄUSER IN ESTLAND UND LETTLAND

Die Ausstellung wird ergänzt durch FOTOGRAFIEN von THOMAS HELMS, Schwerin.

AUSSTELLUNGSERÖFFNUNG
FREITAG, 26. JUNI, 17 Uhr
BIS 4. OKTOBER 2020



KINDER BERNSTEINLAND ERLEBNIS WERKSTATT MUSEUMSSHOP CAFÉ IM MUSEUM



orgel plus

Sonntagskonzerte

9. AUGUST, 15 UHR
FESTLICHE EINWEIHUNG
DER RESTAURIERTEN HEINRICH-RASCHE-ORGEL
Ökumenische Andacht und Festkonzert
gespielt von FRIEDRICH DRESE, Malchow

16. AUGUST, 15 UHR
SOMMERNACHTSTRAUM –
ORGEL PLUS BLOCKFLÖTE
Musik von Anna Amalia von Preussen, Johann Gottlieb Graun,
Matthias Weckmann, Johann Sebastian Bach, Giacomo Puccini,
Felix Mendelssohn-Bartholdy, George Gershwin
und aus Manuskripten des Klosters Ribnitz
Prof. ULRIKE VOLKHARDT, Blockflöte, Hannover/Essen
YOKO SEIDEL, Orgel, München

23. AUGUST, 15 UHR
ZUM 250. GEBURTSTAG
LUDWIG VAN BEETHOVEN
Josef Hayden, Wolfgang Amadeus Mozart
JAN VON BUSCH, Rostock

WALTER KRAMER RIBNITZ UND SEIN FISCHLANDSCHMUCK

eine Ausstellung über die
Ribnitzer Erfolgsgeschichte
des mit Meeresthemen
umrundeten Bernsteins –
mit einem Ausblick
auf das Nachfolgende in
Ribnitz und Travemünde
BIS 29. NOVEMBER 2020



DAME VON WELT – ABER AUCH NONNE

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

Mittelalterliche Holzplastik
des 14. bis
16. Jahrhunderts

Beeindruckende
Grabmonumente
des 16. Jahrhunderts

Einmalige Zeugnisse
der Mecklenburgischen
Adelsgeschichte

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



Heiderundfahrt mit dem Heckraddampfer „Schnatermann“

Unsere Tour durch die Naturschutzgebiete „Rostocker Heide“ und „Schnatermann“ sowie den Seehafen Rostock ist Erholung pur. Am Anleger Schnatermann, wo für Sie ein Zwischenstopp möglich ist, lädt der Heidegasthof zum Verweilen ein. Alles Sehens- und Erwähnenswerte auf dieser Tour kommentiert der Kapitän live.

Fahrplan:

	1. Fahrt	2. Fahrt	3. Fahrt		1. Fahrt	2. Fahrt	3. Fahrt
Markgrafeneide	ab 10:00	13:00	16:00	Warnemünde	ab 11:30	14:30	17:10
Schnatermann	ab 10:30	13:30	16:30	Schnatermann	ab 12:15	15:15	17:45
Warnemünde	an 11:10	14:10	17:10	Markgrafeneide	an 12:4	15:45	18:10

Fahrräder können in begrenzter Zahl an Bord genommen, die Mitnahme aber nicht garantiert werden. Bitte informieren Sie sich vorher unter **0170-3420225**

Warnow-Personenschiffahrt, Tel.: 0381 - 76 86 552, Mobil: 0170 - 34 20 226, Fax: 0381 - 76 91 570, E-Mail: info@heiderundfahrt.de, Internet: www.heiderundfahrt.de



Schnatermann

Waldgarten mit Imbiss

- ~ Mittwochs bis freitags wechselnde Tagesgerichte
- ~ Samstags mit Leckereien vom Grill
- ~ Sonntags mit Wild vom Spieß. Anschnitt ca. 13 Uhr. Verkauf solange das Schwein reicht :-)
- ~ Hausgebackene Kuchen, heißer Kaffee, kühle Getränke, lecker Eis und vieles mehr.

Saisonöffnungszeiten 2020

Mittwoch bis Sonntag

11:00 bis 17:30 Uhr



Traditionsgasthof Schnatermann GbR
Schnatermann 1
18146 Rostock—Stuthof
Tel. 0381—666 70 60
Mail: info@schnatermann-rostock.de



Kutsch- und Kremserfahrten durch die Rostocker Heide

Samstag 12.30 Uhr und 15.30 Uhr

Sonntag 12.30 Uhr und 15.00 Uhr

ab/an Traditionsgasthof Schnatermann
und nach Vereinbarung
(auch in der Woche)



Mecklenburger
Kutsch- und
Kremserfahrten

Kontakt:

Axel Peters (Inhaber)
Tel. 0151. 58801329
kontakt@rostock-kremser.de
www.rostock-kremser.de

KERZENSCHAU Rövershagen



Kerzen Wohndeko & Café

Kerzen
selbst
machen

Über
10000
Kerzen

Leckerer
Kaffee &
Kuchen

Geöffnet: 10 - 18 Uhr Mo X Mi Do Fr Sa So
☎ 038202 29979 info@kerzenscheune.com
Kerzenscheune, Niederhagen 10, 18182 Rövershagen



DIE WIEDERBEWEGUNG DER ALTEN WEBEREI

4., 5. und 6. Juli; 11., 12. und 13. Juli; 18., 19. und 20. Juli;
25., 26. und 27. Juli;
1., 2. und 3. August; 8., 9. und 10. August;
15., 16. und 17. August; 22., 23. und 24. August



In diesen Zeiten ist die Handwebmeisterin Maïke Schambach in der "Alten Weberei" vor Ort. Sie zeigt Ihnen, wie an einem alten Handwebstuhl gewebt wird. Außerdem können Sie handgewebte Accessoires, Kleidungsstücke und Interior käuflich erwerben.

Das Besondere ist dieses Jahr: Maïke Schambach möchte mit Kindern auf der Wiese auf kleinen Webrahmen weben.

Alte Weberei Ahrenshoop, Weg zum Hohen Ufer 10.

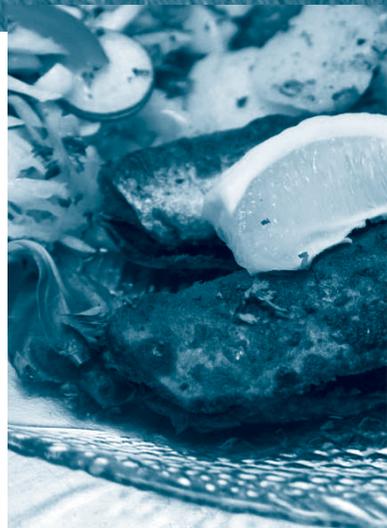
Bitte telefonische Voranmeldung: 0177/2050738 oder per mail: info@maïke-weyrich.de

Die Coronaabstandsregeln u. -verordnungen werden eingehalten.



Das Restaurant "Zur Boje" ist zu einer kleinen Perle im Ostteil von Graal-Müritz geworden. Gute Küche mit leckerem Fisch und ein rund um guter Service haben das Haus bekannt gemacht. Wir haben täglich von 12.00 bis 22.00 Uhr für Sie geöffnet.

Mittelweg 3
18181 Graal-Müritz
Tel.: 038206 - 1492



Direkt am Strand – Strandboje

Herzlich willkommen. Wir freuen uns auf Euch.





BERNSTEIN-SCHAUMANUFABRIK 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



Erleben Sie die Lagunen der Ostsee



MS "Ostseebad Wustrow" Linienfahrten zwischen Wustrow und Born mit Fahrradtransport
September und 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



NICHT VON DER STANGE

Wir gestalten...
als kreative Maßschneiderei das visuelle Erscheinungsbild von Unternehmen

Wir entwickeln...
ausgefeilte Schnittmuster und konfektioniere Programme für Firmenfeiern, Incentives, Veranstaltungen, Messen.

Wir präsentieren...
Mode in unterschiedlichen Formaten – vom Modedinner bis zur großen Abend-Show, Musik & Show – Konzerte bzw. Begleitungen, Kleinkunst für pointierte Akzente

RUNDUM SORGLOS PAKET

Wir organisieren...
Events, Kongresse, Veranstaltungsreihen oder Weiterbildungen, Regional- oder Leitmesse bundesweit, von der Idee und Visualisierung bis zur Umsetzung.
Alles aus einer Hand und professionell realisiert.



Graal-Müritz

Neubau

einer Ferien- und
Hotelappartement-
anlage mit
Wellnessbereich,
Hotelrestaurant,
Tiefgarage und
Gewerbezeile.

In Haus 1 stehen
von 36 Wohnungen/
Appartements noch
4 zum Verkauf.

+++ Mitte Juli beginnen wir
mit dem Verkauf von Appartements Haus 2 +++

Wohnfläche: 31,2 m² bis 64,7 m²
Verkaufspreise: HAUS 1 3-Raum-App.: ab 280.000,- €
HAUS 2 1-Raum-App.: ab 163.000,- €
2-Raum-App.: ab 203.000,- €
3-Raum-App.: ab 286.000,- €

Betreiber: Akzent Hotel Residenz GmbH
Verkauf durch: Bauträger IBS GmbH Planen und Bauen

ibs GmbH
PLANEN UND BAUEN

IBS GmbH Planen und Bauen
Zweigniederlassung Graal-Müritz

www.ibs-bau.com
Mail: info@ibs-bau.com
Tel: 036766/22500
Fax: 036766/22501

Unseren ausführlichen Prospekt mit Grundrissen, Baubeschreibung und Verkaufspreisen senden wir Ihnen gerne zu.

Strandrestaurant Achterdeck & Café Eismeer

Besuchen Sie uns
im Strandhotel Ostseewoge Graal-Müritz
Zur Seebrücke 35
Telefon: 038206 | 71-420 oder 71-0
Fax: 038206 | 71-777
E-Mail: rezeption@ostseewoge.com
Internet: www.ostseewoge.com



In unserem Strandrestaurant servieren wir Ihnen viele Köstlichkeiten, vom schnellen Snack über Mittagstisch bis zum romantischen Abendessen. Hier kommt jeder auf seine Kosten. Ein umfangreiches Getränkeangebot und Cocktails erwarten Sie.



Genießen Sie leckere Eisbecher, hausgebackenen Kuchen und Torten, täglich frisch von unserem Bäckermeister nach Oma's Rezept zubereitet. Sie haben die Wahl zwischen 6 Varianten DDR-Softeis und 23 Sorten italienischem Eis. Alles erhalten Sie auch zum Mitnehmen.