



Wo sich Wald und Meer begegnen

Erholung und Aktivurlaub zwischen Ostsee und Rostocker Heide im Ostseeheilbad Graal-Müritz



Mildes Reizklima, klare Luft, ein kilometerlanger weißer Sandstrand und die Rostocker Heide, als größter Küstenwald an der deutschen Ostsee, gehören zu den Aushängeschildern von Graal-Müritz. Urlauber und Tagesgäste durften sich in dieser Saison wieder auf vielfältige Aktiv- und Erholungsangebote freuen. Viele Gäste entschieden sich daher auch in diesem Jahr ganz bewusst für unser Seeheilbad als Urlaubsort mit sehr ho-

hem Erholungsfaktor. Familien und Aktivurlauber jeden Alters bildeten dabei erneut die größten Gästegruppen. Graal-Müritz war auch 2019 wieder Schauplatz besonderer und qualitativ hochwertiger Veranstaltungen für die ganze Familie sowie saisonverlängernden und ganzjährigen Angeboten. Großen Zuspruch gab es bereits für den Sandburgenwettbewerb am 04.05.2019, der in Kooperation mit dem Verband Mecklenburgischer Ost-

seebäder ausgerichtet wurde. Das Seebückenfest, die Märchennacht, das Kurstraßenfest und das Sommerfest fanden regen Zulauf und wurden gezielt in den Ferienzeiten angeboten. Zu den Veranstaltungshighlights zählten das Rhododendronparkfest, Nachts im Park und das Fest der Moorgeister. Im Rhododendronpark gastierte von Juni bis Oktober das Rock-Star-Café. Zwei Mal pro Woche begeisterten die Musiker mit ihren Kon-

zerten viele Besucher. Kinovorführungen für Kinder und Erwachsene rundeten zusätzlich das gastronomische Angebot ab. An den Wochenenden im Dezember können sich Urlauber und Einheimische auf einen kleinen Weihnachtsmarkt direkt auf dem Seebückenvorplatz freuen. Auch den Jahreswechsel feiern wir traditionell an der Seebücke.

Fortsetzung aus Seite 2

Wo sich Wald und Meer... Fortsetzung von Seite 1

Gesundheit – Der wichtigste Wert unserer Zeit

Dort, wo die frische Meeresluft auf die sauerstoffreiche Luft der Wälder trifft, herrschen ideale Bedingungen für einen gesundheitsfördernden Aufenthalt. Zusammen mit unserem Gesundheitspartner, der AOK Nordost, haben wir 2019 unsere Angebote rund um das Thema Gesundheit erweitern können. So machte erstmalig der AOK AKTIV STRAND on Tour bei uns Halt. Zusätzlich wurden Nordic Walking Kurse sowie Outdoor Fitness Sport während der Saison angeboten. Ein weiteres Aktivevent und Highlight ist seit 4 Jahren unser „Dünenläufer“ Wald-Wind und Ostseelauf, welcher auch im nächsten Jahr wieder stattfinden wird.

Informationen zu allen Themen gab es bei der Tourist-Information Graal-Müritz in der Rostocker Straße 3 und zusätzlich in der Hauptsaison am Infopunkt an der Seebrücke. Die Gäste des Seeheilbades wurden persönlich beraten und zahlreiche Publikationen wie das Gastgeberverzeichnis, Freizeitbrochüren, Stadtpläne, der Ortsplan Graal-Müritz sowie Rad-

und Wanderkarten konnten ausgegeben werden. Außerdem gehörten der Verkauf von Touristenfischereischeinen und Angelberechtigungen, die Buchung von Ausflügen, sowie die Vermittlung von Urlaubunterkünften zu den Leistungen. Auch ansässige Vermieter und Hoteliers nutzen vielfach die Möglichkeit, sich vor Ort über touristische Angebote für Ihre Gäste zu informieren. Am Graal-Müritzer Strand fanden die Gäste im Sommer mit sechs Strandkorb-Anbietern wieder ein großes Erholungsangebot vor. Als Ansprechpartner am Strand waren der Strandvogt und die DLRG Wasserwacht von Mai bis September im Einsatz.

Der Zuständigkeitsbereich des Strandvogtes, der über sogenannte Jedermannrechte verfügt, fokussierte sich auf die Strandbereiche des Seeheilbades. Der Strandvogt protokollierte täglich seine Arbeit; u.a. auch Hinweise von Strandbewirtschaftern, Fragen bzw. Probleme von Gästen und Einwohnern. Er achtete auf Ordnung, Einhaltung von allgemeinen Regeln im Strandbereich sowie auf die Durchsetzung der

Satzungen, die für den Seeheilbadbereich gültig sind, insbesondere die Satzung über die Ordnung im Badestrandgebiet unter anderem das Verhalten, Feuer und Grillen, Bekleidung am Badestrand, das Mitführen von Hunden, den Einsatz von Wasserfahrzeugen, Wassersportgeräten und anderen Sportgeräten sowie das Aufstellen von Strandkörben. Die sehr gute Badewasserqualität in Graal-Müritz wurde erneut durch die "Blaue Flagge" im Mai 2019 ausgezeichnet. Eine Veranstaltung zum spielerischen Erlernen der wichtigsten Baderegeln für Kinder fand in Kooperation mit der AOK Nordost und dessen Maskottchen „Jolinchen“ zu Beginn der Saison statt. Zur Verstärkung des Umwelt- und Küstenschutzes kam erstmalig bei den Großveranstaltungen biologisch abbaubares Geschirr sowie Mehrweggeschirr zum Einsatz. 2020 wird diese Maßnahme auf alle Anbieter ausgeweitet.

Wir können auf eine positive Saison mit vielen Höhepunkten für unsere Gäste zurückschauen. Die ausgezeichnete Zusam-

menarbeit mit unseren langjährigen Partnern war dabei auch in diesem Jahr ein entscheidender Faktor. Unser besonderer Dank gilt all unseren Saisonkräften, der DLRG Ortsgruppe, der Freiwilligen Feuerwehr, der Bäderpolizei, dem ABS Sicherheitsdienst, den Mitarbeitern vom Kurparkwirtschaftshof, sowie allen Veranstaltungspartnern und den vielen fleißigen Helfern aus unserem Ort, die alle mit großem Engagement im Einsatz waren.

Die hohe Qualität des Naturraums mit dem weitläufigen Wander- und Fahrradwegenetz und die wachsende Infrastruktur machen Graal-Müritz ganzjährig zu einem attraktiven Urlaubsziel für die ganze Familie. Die Nähe zu zahlreichen Ausflugszielen setzt zusätzliche Buchungsanreize und bietet Urlaubern damit stets eine abwechslungsreiche Vielzahl an Freizeit- und Kulturangeboten in der unmittelbaren Umgebung.

Tourismus- und Kur GmbH.
Roman Ferken
Geschäftsführer

Weihnachts- und Neujahrsgrüße

Die Tourismus- und Kur GmbH wünscht allen Einwohnern und Gästen eine besinnliche Adventszeit, frohe Weihnachtstage und für das neue Jahr 2020 Gesundheit, persönliches Wohlergehen und viel Erfolg!

Roman Ferken | Geschäftsführer

Das Redaktionskollegium des „Windflüchter“ wünscht allen Leserinnen und Lesern frohe Weihnachten sowie ein gesundes neues Jahr! Wir bedanken uns bei allen „Schreibern“, die den Windflüchter mit ihren Beiträgen abwechslungsreich und interessant mit gestalten.

Sylvia Lübke, Anna-Margarete Zdenka, Klaus Graf, Joachim Weyrich

Ich wünsche allen Graal-Müritzern, den Heimatfreunden, den Mitarbeitern der Gemeindeverwaltung, der Tourismus- und Kur GmbH, den Besuchern des Heimatmuseums und besonders der Bäckerei Gottschalk eine besinnliche Weihnachtszeit und ein gesundes Jahr 2020.

Joachim Weyrich

Leiter Heimatmuseum



Wir wünschen allen Lesern des Windflüchter ein frohes Weihnachtsfest sowie einen guten Start ins Neue Jahr und bedanken uns bei den Anzeigenkunden für die gute Zusammenarbeit.

kw Agentur für Kommunikation und Werbung

Barbara Weyrich, André Ackermann, Christiane Stürmer, Saskia Grünau

Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

01.12. | 15.12. | 29.12.2019 | 10.30 Uhr

Treff: Endhaltestelle Bahnhof Ostseering | 18181 Graal-Müritz

Zwischen Erbpachthof und Stromgraben - Historischer Spaziergang durch Graal mit Ulrike Bencard

Mit offenen Augen die Besonderheiten des Ostseeheilbades entdecken! Auf dem ca. 5 km langen Rundgang erfahren Sie Verschiedenes aus der bewegten Geschichte des Ortes von den Anfängen im 14. Jahrhundert bis heute.

Dauer: ca. 1,5 Stunden

Eintritt: 6,00 | 5,00 € | 3,00 € Kinder

02.12.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes Graal-Müritz

**Schweden – Land von Kranich, Elch und Biber
Vortrag von Holger Duty**



Erleben Sie in einer spannenden Multivisionsschau die einmalige Natur Schwedens. Bei seinen Reisen in dieses skandinavische Land, hat der Naturfotograf Holger Duty, die unvergleichliche Schönheit der Landschaft, seiner Tiere und Pflanzen auf hunderten faszinierenden Fotos festgehalten.

Eintritt: 6,50 | 6,00 € erm.

06.12. | 13.12. | 20.12. | 27.12.2019

Treff 19.00 Uhr | Seebrücke Graal-Müritz Infopunkt

03.01. | 10.01. | 17.01. | 24.01. | 31.01.2020

Treff 19.00 Uhr | Seebrücke Graal-Müritz Infopunkt

Fackelwanderung am Strand

Denn die dunkle Jahreszeit lockt dennoch 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 eine Fackelwanderung entlang dem Ostseestrand. Entdecken Sie den Reiz des Meeres, wenn sich die Lichter Ihrer Fackeln im Wasser spiegeln. Wandern Sie mit uns bis hin zum Ortsteil Graal. Am Ankunftsort erwarten Sie ein wärmendes Feuer und ein heißes Freigetränk.



Eintritt: 8,00 | 7,00 € erm.

11.12.2019 | 18.30 Uhr Haus des Gastes

Vernissage der Ausstellung „Sehnsucht Ostsee – Farben des Nordens“



Malarbeiten von Dagmar und Knut Henßler in Aquarell und Acryl

Schon früher haben die gebürtige Dresdnerin und ihr Ehemann aus Thüringen als Kinder mit den Eltern unvergessliche Ferien- und Urlaubstage am Ostseestrand von Graal-Müritz verbracht. Aber nach Schule, Studium und vielen spannenden Berufsjahren im In- und Ausland sind die beiden Journalisten erst jetzt, im Herbst ihres Lebens, an den Ort ihrer Sehnsüchte aus fernen Kindertagen zurückgekehrt. Hier haben sie ihre neue Heimat gefunden. Und seitdem sie zum ersten Mal bewusst das bezaubernde Licht an Küste und Meer sahen und beim genaueren Hinsehen merkten, dass jeder Tag anders leuchtete, entdeckten sie als Seiteneinsteiger die Malerei. Seitdem sind es immer wieder Wolken, Ostsee und Bodden, die die beiden Hobbymler faszinieren und sie zu Pinsel, Spachtel, Farbe, Leinwand und Papier greifen lässt. Für sie ist es eine Welt zum Träumen. Keine Südsee. Aber voller Licht und zeitlos.
Ausstellung bis 07.02.2020

Der Eintritt ist frei!

Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

11.12.2019 & 22.01.2019 16.30 Uhr | Haus des Gastes

Carlas Lyrikstunde

Das schönste Gefühl ist doch immer, den Stift in die Hand zu nehmen und Gedankenzügen freien Lauf lassen. So geht es auch Carla Sarunski. Denn für Gedichte hat sie sich schon immer begeistert gezeigt. Daran möchte sie nun, in Ihrer gemütlichen Lyrikstunde mit Tee und Gebäck im Haus des Gastes, teilhaben lassen. Jede Lyrikstunde befasst sich mit einem bestimmten Thema und die Besucher sind herzlich eingeladen ihre liebsten Gedichte mitzubringen. Zum Abschluss werden alle ein Gedicht zusammen kreieren. Das Thema zur ersten Lyrikstunde: „Das Ostseeheilbad Graal-Müritz“

Eintritt: 2,00 €

16.12.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes Graal-Müritz

"Frauerversteher Fontane" Zu seinem 200. Geburtstag" Vortrag v. Joachim Puttkammer

„Wenn es einen Menschen gibt, der für Frauen schwärmt und sie beinahe doppelt liebt...dann bin ich es“ So schrieb Fontane einmal an einen Freund. Die meisten Romane und Erzählungen beschäftigen sich mit Frauenschicksalen. Das zu einer Zeit, als den Frauen weder Intelligenz, Mut noch geistige Unabhängigkeit zuerkannt wurden. Der große Erfolg des Erzählers Fontane kommt von seiner Darstellung weiblicher Charaktere, lange vor Sigmund Freud und seiner Schule. Die Frauen, die er beschreibt, sind keine Idealgestalten – und das reizt ihn. „Der natürliche Mensch will leben, will weder fromm noch keusch noch sittlich sein.“ Seine Frauen reizen ihn, wenn sie „einen Knacks weg haben Ich verliebe mich in sie, nicht wegen ihrer Tugenden, sondern wegen ihrer Menschlichkeiten, ihrer Schwächen und Sünden.“ Seine Frauen brechen also aus den bestehenden Normen aus, sind dabei aber durchaus nicht glücklich. Denn, so Fontane, das eigentliche Glück liegt in der Familie. Überraschend auch der Vergleich der märkischen Landschaft mit einer Frau: Auch die langweiligste Frau hat noch sieben Dinge, die man bewundern kann.

Eintritt: 5,00 | 4,50 € erm.

21.12.2019 | 17:00 Uhr | Haus des Gastes in Graal-Müritz

Weihnachtliches Chorkonzert

Musik ist die Kurzschrift des Gefühls. Die Vorweihnachtszeit bringt neben beleuchteten Stunden auch oft jede Menge Hektik. Grund genug, den Stress abfallen zu lassen und sich endlich mit allen Sinnen auf Weihnachten einzustimmen. Am besten geht das natürlich mit Musik. Die Chorgemeinschaft Graal-Müritz singt bekannte Weihnachtslieder unter der Leitung von Herrn Garbe. Unterstützt werden sie dabei von befreundeten Chorgemeinschaften aus Sanitz | Leitung Tilman Fröhlich und dem Heidechor Gelbensande | Leitung Dimitry Krasilnikow. Lassen Sie sich musikalisch auf das bevorstehende Fest ein oder noch besser, singen Sie kräftig mit. Wir freuen uns auf Sie!
Der Eintritt ist frei ! Um Spenden wird gebeten.

28.12.2019 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes Graal-Müritz

"Früher war mehr" Musik-Comedy mit Frau Sonntag



Das Eheleben auf der Bühne geht weiter, vorgetragen und erlebt mit nicht wenigen ironischen Untertönen, aber immer charmant, witzig und vor allem voll musikalisch. Zwischen Frau Sonntag und ihrem ständigen Begleiter gibt es eine klare Rollenverteilung: Als Rasseweib mit roter langer Mähne und einer Stimme, die von hauchzart bis deftig derb variiert, singt und instrumentiert Frau Sonntag. Dabei wird sie von ihrem Ehemann am Flügelchen, Akkordeon und Tenorhorn virtuos in allen Lebenslagen begleitet. Musikalisches Philosophieren, liebevolles Streiten, da sind Lebensweisheiten leidenschaftlich verpackt als Musik-Comedy. Wochenendausflüge in schwedische Möbelhäuser, Wollust lähmende Müdigkeit und wie ein Stern über sieben Brücken zu deinen Spuren im Sand führen – hier wächst zusammen, was doch nicht ganz zusammen gehört. Musikmachende Ehepaare gibt es nicht viele, doch die beiden sind eine Bereicherung für die Berliner Szene. Und falls es zuhause mal wieder kriselt – ein Abend mit den beiden ist als Paartherapie durchaus zu empfehlen.

Eintritt: 13,00 | 11,00 € erm.

28.12. - 01.01.2019 | 11.00 Uhr | Seebrücke Graal-Müritz

Jahreswechsel an der Seebrücke

Erleben Sie vom 28. Dezember 2019 bis 1. Januar 2020 ab jeweils 11.00 Uhr tolle Tage an der Seebrücke. Ob "Winterzauber an der Seebrücke", "GOOD-BYE 2019" oder "Welcome 2020" – für jeden ist etwas dabei. Dabei sind das Kinderfeuerwerk am Silvestertag und das Höhenfeuerwerk am 1.1. um 18.00 Uhr zur guten Tradition geworden.

Der Eintritt ist frei !



Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

29.12.2019 | 16.30 Uhr | Haus des Gastes Graal-Müritz

Huckstorf-Bande live



Das dynamische Live Quartett verbindet Elemente von Rockabilly, Blue Grass, Rock'n'Roll und Folk. Die Gesänge variieren dabei zwischen Blues und Pop und machen den Bandsound modern und ausgeschlafen. Mit der Huckstorf Bande bleibt kein Bein dort wo es ist - witzige Texte halten keinen Mundwinkel unten!

Viele Songs hat die Band in Fremd- und in Muttersprache im Repertoire. Echte Norddeutsche kommen ebenfalls auf ihre Kosten: Wenigstens ein Lied in original Plattdeutscher Sprache gehört bei jedem Konzert dazu!

Eintritt: 12,00 | 10,00 € erm.

31.12.2019 | 11.00 Uhr | Haus des Gastes Graal-Müritz

Silvestermatinée



Eine Silvester-Matinee um 11 Uhr mit Sektempfang ist ein stimmungsvoller Startschuss in den letzten Tag des Jahres. Finnischer Tango ist wunderbar gefühlvoll, traurig, manchmal auch komisch und sehr melodios. Angefangen von den ganz frühen Tangos der 30er Jahre bis hin zur Blüte der finnischen Tangokultur in den 60ern, stellt Beltango die bis heute populärste Musikrichtung in Finnland vor. Dabei erzählen die drei Musikerinnen unterhaltsam, wie der Tango nach Finnland kam, warum er dort blieb und warum ihn die Finnen so lieben.

Die deutsch-finnische Band spielt rein instrumentalen Tango. Annette Fischer und Karen Salewski kommen von diesseits der Ostsee aus Greifswald, Hanna Silvennoinen von der finnischen Seite aus Helsinki. In der Besetzung Klarinette, Cello und Akkordeon zaubern die Musikerinnen die weichen und zarten Klänge des Tango. Mal leise und sanft, mal witzig und frech erzählt Beltango mit klassischen finnischen Tangos Geschichten vom Meer, von der Liebe, von Glück und Verzweiflung.

Eintritt: 27,00 €

06.01.2020 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes

Erdölbohrplattform „Stena Don“ - Stolz der Warnemünder Vortrag Joachim Stetzkowski



Herr 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 30 m genau über dem Bohrloch ohne Verankerung in 500 m Wassertiefe bis zu einer Windstärke 8 Bft gehalten. Ein zu schmales Baudock und eine zu geringe Wassertiefe in der westlichen Ostsee erforderten noch nie dagewesene technologische Lösungen von den Erbauern. Die extremen Sicherheitsvorschriften der Erdölindustrie, spezielle Bauvorschriften der Klassifikationsgesellschaft und auch neue Schweißverfahren wurden von den Mitarbeiter erfolgreich gemeistert.

Eintritt: 6,50 | 6,00 € erm.

13.01.2020 | 19.30 Uhr | Haus des Gastes

"Schlösser, Burgen und Herrenhäuser in Mecklenburg" Vortrag mit Wilfried Steinmüller

Mehr als 2000 Burgen, Schlösser, Guts- und Herrenhäuser sollen es im Land sein. Meist von einem Garten oder Park umgeben, sind diese historischen Perlen so dicht gesät, wie in kaum einer anderen europäischen Region. In jüngster Vergangenheit konnten viele Schlösser und Gärten aus jahrzehntelangem Schlaf erlöst werden. Viele davon gilt es zu entdecken! Leider sind aber auch, insbesondere im ver-

Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

gangenen Jahrhundert, einige architektonische Kleinodien verloren gegangen. Auch daran wird erinnert. An ausgewählten Fürstenschlössern und Herrenhäusern geht es auf Erkundungsreise hinter die bauliche Fassade, auf den Spuren der Lebensgeschichte einstiger Bewohner. Erst mit diesen Geschichten bekommen selbst die schönsten Adelsitze ihr eigentliches Gesicht.

Eintritt: 6,50 | 6,00 € erm.

20.01.2020 | 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.

25.01.2019 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes

„Ümmer bi lütten, seggt Fru Schütten“in't Theoter is Theoter - een bunten Mix von A bet X

Unter diesem Motto werden in dem neuen Programm der Niederdeutschen Bühne Rostock die unterschiedlichsten Facetten des menschlichen Mit- und Gegeneinander in Form von kurzen Szenen mit einem großen Augenzwinkern beleuchtet. Durch das Programm führen ein überforderter Inspizient und eine wenig ambitionierte, dafür aber sehr gelassene Putzfrau, die vergeblich versuchen, das ganze etwas zu ordnen. Von kompromittierender Unterwäsche bis zur Zechprellerei bringen die Darsteller der Niederdeutschen Bühne Rostock die unmöglichsten Situationen auf die Bühne und durch unsere schöne plattdeutsche Sprache verführen auch die bösesten Situationen zum Schmunzeln.

In den Figuren muss man sich nicht selbst erkennen. Vielleicht aber



die Nachbarin oder den Nachbarn und das bringt uns doch immer zum Lachen.

Eintritt: 12,00 | 10,00 erm.

27.01.2020 | 19.30 | Haus des Gastes

Vortrag Holger Duty "Natur der Ostseeküste"



Der Wind prägt die Landschaft an unserer Küste, hier sind seltene Tiere und Pflanzen zu Hause. Das gesunde Klima bietet den Menschen die in unserem Land leben und den vielen Urlaubern, einen unschätzbaren Erholungswert. Sehen Sie mit den Augen des Naturfotografen Holger Duty unsere Ostseeküste, lassen sie sich von fantastischen Landschaftsaufnahmen, Fotos von schönen Pflanzen, seltenen Vögeln wie dem Seeadler, von Bernstein, Mink und Meerkohl begeistern. Sturm, Hansesail oder wundervolle Sonnenauf- und Untergänge, die Natur der Ostseeküste übt immer eine große Faszination auf uns Menschen aus. Die mit 2 Projektoren Überblendtechnik und voll vertont vorgeführte Schau, wird auch Sie begeistern! Alle Informationen zu den Bildern werden live gesprochen. Lassen Sie sich diese einzigartige Diatonschau nicht entgehen!

Eintritt: 6,50 | 6,00€ erm.

Aus dem Heimatmuseum

Vom Winter an der Ostseeküste

Einzelne Landschaften werden in einen besonderen Zusammenhang mit bestimmten Jahreszeiten gebracht. Dies geschieht vor allem dann, wenn die Natur einen Landstrich durch besondere oder ungewöhnlich reiche, jahreszeitliche Gaben, auszeichnet. Es wird dann vom Winter im Gebirge oder vom Sommer an der Ostsee gesprochen.

Die Wasserkante ist ureigenste Landschaft des Sommers. Aber Küste und Strand sind selbstverständlich nicht vom Wechselspiel der Jahreszeiten ausgenommen und es gibt eben auch mal einen Winter am Meer. Doch das Meer bringt dem Land an der Küste zumeist nur recht milde Winter und nur wenige Wochen mit Eis und Schnee. Aber ein echter Winter überzieht mit weißem Schnee und blankem Eis das ebene oder hügelige Küstenland. Heftige Schneestürme wüten am steilen Meeresufer. Mächtige Eisschollen treiben auf dem ruhelosen Meer, bis der Sturm sie auf den



Strand wirft, wo sie sich zu hohen Eiswällen auftürmen.

Der Schnee verzaubert auch die stillen Dörfer und Städte an der Küste. Die rohgedeckten Häuser des niederdeutschen Küstengebietes ducken sich unter schweren Schneelasten. Über dem Land herrscht Wintertags eine tiefe Verlassenheit. Sie ist am meisten zu spüren, in den nun teilweise menschenleeren Badeorten. In den kleinen Seehäfen hebt sich das mit Eisschollen bedeckte Fahrwasser fast schwarz vom weißen Schnee ab. Trotz großer Kälte,

starkem Nebel und gefährlichen Schneestürmen gehen die Fischer, gerade im Winter, ihrem nicht gerade leichtem Beruf nach.

Fernab der menschlichen Ansiedlungen bieten Strand und Küste im Winter den Anblick völliger Unberührtheit und winterlicher Einsamkeit. Es gab auch Eiswinter an der Küste, die nicht so idyllisch waren, wie hier im „Norddeutschen Leuchtturm“ von 1953 berichtet wurde. So wurden z.B. im Eiswinter 1941/42 alle drei Seebrücken in Graal-Müritz durch Wellengang

und Presseis zerstört. Oder der von 1946/47, als ganz Europa unter Temperaturen bis minus 30 Grad zitterte. Es war der kälteste Januar seit Beginn des Jahrhunderts. Gut in Erinnerung ist uns ja der Jahreswechsel 1978/79, unter extremen Witterungsbedingungen. An der Ostseeküste herrschten Temperaturen unter minus 15 Grad, die zu erheblichen Schwierigkeiten in der Energiewirtschaft der damaligen DDR führten. Eingeschneite Ort, besonders auf Rügen.

Wie hieß es in einer damaligen Pressemitteilung: „Hunderttausende Werktätige sowie Angehörige der bewaffneten Organe und Zivilverteidigung nahmen unverzüglich den Kampf gegen Schnee und Kälte auf.“ In einem anderen Artikel der Presse vom 17./18.02.79 heißt es „Gegen 14 Uhr wurde ein dreiachsiges NVA-„Kraz“-Fahrzeug mit 1000 frischen Broten für Graal-Müritz beladen.“

Joachim Weyrich
Leiter des Heimatmuseums

Aus der Bäderbibliothek

Vorlesestunde mit der Lesepatin Barbara Hancke

**Dienstag, 03.12.2019
16 - 17 Uhr in der Bibliothek**

Anja wünscht sich nichts sehnlicher, als einmal dem Weihnachtsmann bei seinen Vorbereitungen zu helfen. Und so begibt sie sich auf eine wunderbare Reise. Unterwegs trifft sie ein starkes Pferd, ein Rentier

und sogar einen riesigen Eisbären! Sie alle helfen ihr, den Weg zum Weihnachtsmann zu finden, und endlich geht ihr größter Wunsch in Erfüllung! Ein wunderschönes vorweihnachtliches Bilderbuchkino, vorgestellt von Barbara Hancke. Wir freuen uns auf Dich! Die Teilnahme ist kostenlos!

Für Kinder im Alter von ca. 5 - 10 Jahren



**Vorweihnachtlicher Trödelmarkt im Heimatmuseum
Parkstr. 9 vom 03.12. bis 08.12.2019**



Was mir in Graal-Müritz noch so auffiel

Liebe Leserinnen und Leser, auf meinen Spaziergängen über Friedhöfe an der Küste fällt mir stets die große Anzahl der Grabstätten von Fischern, Kapitänen und anderen Seeleuten auf. Vollerorts findet man die gleichen Nachnamen auf den Grabsteinen. In Küstenorten sind Berufe, die mit der See in Verbindung stehen, oft auch Familientradition geworden.

Auf unserem Graal-Müritzer Friedhof befinden sich leider nur wenige Grabstellen von Verstorbenen, deren Leben vorwiegend durch die Seefahrt geprägt war. Dafür gibt es sicher mehrere Gründe. Vielleicht lebten in Graal und Müritz nicht so viele Seefahrer und Fischer, oder ihre berufliche Tätigkeit wurde nicht auf den Steinen eingemeißelt. Es kann auch sein, dass manche derartige Grabstellen aufgehoben wurden, weil die vertraglich festgelegte Liegezeit abgelaufen war.

So wäre es sicher auch dem von der Gestaltung her auffälligen Grab der Familie Grahl ergangen. Herr Dieter Borbe, geboren in Graal-Müritz, und seine Frau Birgit hatten sich rechtzeitig entschlossen, durch ihre private Initiative das Grab der Seefahrerfamilie Grahl im Jahr 2017 zum Zweck des Erhalts zu erwerben und wieder in den ursprünglichen Zustand zu versetzen. In einer Pressemitteilung nannte das Ehepaar seine Be-

weggründe dazu: „Mit der Bewahrung des Kapitänsgrabes soll die Tradition, welche die Seefahrt und Fischerei in Graal-Müritz haben, sichtbar bleiben, denn sie ist Teil der historisch-kulturellen Seele des Ostseeheilbades und gehört zu unserem geschichtliche Selbstverständnis. Leider sind in der Vergangenheit mehrere Kapitänsgräber bereits verloren gegangen.“

Am 18. Oktober 2019 war es so weit. Anlässlich des 90. Todesjahres von Kapitän Hermann Grahl wurde die sanierte Grabstelle eingeweiht. Dazu wurde eine Bild – Text – Tafel mit Angaben zum Leben der Familie Grahl enthüllt. Herr Borbe erinnerte daran, dass aus der Seefahrer Familie Grahl ab 1784 vier Kapitäne und weitere Schiffsoffiziere aus vier Generationen hervorgingen. Hermann Grahl, der bereits 1887 an der Navigationsschule in Wustrow das Patent zum Schiffer auf Großer Fahrt erworben hatte und sich dann ständig weiterbildete, wurde auf unterschiedlichen Schiffen zur Fahrt über die Weltmeere von verschiedenen Reedereien angeheuert. Im Buch des Graal-Müritzer Professors Werner Timm „KAPITÄNSBILDER“ (VEB Hinstorff Verlag Rostock, 1978) befinden sich zwei Bilder von Schiffen, auf denen Hermann

Grahl Kapitän war. Es sind die Dreimastbark ELODIE und der Dampfer AMANDA. Hermann Grahl erlebte also eine bedeutende industrielle Revolution, die sich durch die Veränderung der Antriebstechnik auf See vom Segel zur Dampfmaschine zeigte. 1913 kehrte die Familie Grahl nach Graal zurück, übernahm dort in der heutigen Kurstraße 25 das Haus „Kronprinz Wilhelm“ (Hotel & Pension) und nannte das Anwesen nun „Haus Grahl“. Auf kurzen Reisen, z.B. nach England, nahm Kapitän Hermann Grahl mehrmals seine Frau Emmy, seinen Vater Kapitän Heinrich Grahl und seine Tochter, die ebenfalls Emmy hieß, jedoch Lulu gerufen wurde, mit an Bord. Tochter Emmy (geb. 1883) lebte bis 1989 im „Haus Grahl“. Sie war eine aufgeschlossene Frau und erzählte ihren Gesprächspartnern oft von den Reisen auf Vaters Schiffen. Sehr beeindruckt war sie von der Haltung lebender Tiere zur Versorgung der Besatzung auf den Dampfern. Sie freute sich über frische Hühnereier und fand es sehr lustig, wenn die Bordziege auf der Back gemolken wurde, um damit die Grundlage für kindgerechte Milchspeisen zu erhalten. Die kleine Wohnstube von Emmy Grahl war voller Mitbringsel der Seefahrer, und zu jedem Stück konnte sie eine Ge-

schichte erzählen. Herr Borbe schlug bei der Einweihung am 18. Oktober der Bürgermeisterin und dem Leiter des Heimatmuseums vor, bei der Suche nach geeigneten Namen für neue Straßen unbedingt an die Seefahrer und Fischer aus Graal-Müritz zu denken. Es wäre auch wünschenswert, wenn andere Kapitänsgräber auf unserem Friedhof erhalten blieben, auch wenn sich keine Nachkommen mehr darum kümmern könnten. Mit dem jetzigen Besitzer vom „Haus Grahl“ sollte man über eine Gedenktafel und andere Möglichkeiten des öffentlichen Andenkens und der Würdigung der Kapitänsfamilie reden. Dazu könnten die Tourismus und Kur GmbH und der Verein „Heimatfreunde Graal-Müritz“ beitragen. Herr Borbe kann und möchte zur Realisierung derartiger Vorhaben sehr viel beisteuern. Wenn Sie, liebe Leserinnen und Leser, das Familiengrab Grahl anschauen möchten, gehen Sie durch das Tor am Friedhofsweg hinter der Kirche, am Beginn der Grabreihen schauen Sie nach links, und Sie werden in ca. 50 Meter Entfernung den hohen, spitzen Granitstein entdecken. Ich wünsche Ihnen eine stressfreie Adventszeit, ein harmonisches Weihnachtsfest und einen fröhlichen Übergang ins Schaltjahr 2020!

Klaus Graf



1) Nach der Einweihung der sanierten Grabstelle v. l.: Heimatmuseumsleiter Herr Weyrich, Bürgermeisterin Frau Chelvier, Frau Birgit Borbe und Herr Dieter Borbe. 2) Das Grab der Kapitänsfamilie mit dem markanten Gedenkstein Fotos: Klaus Graf

Uns plattdütsch Eck

Leiw Läser, leiw Gäst, plattdütsch Frünn‘,

Blinkfuer

Blinkfuer? Wat’s dat? Na klor, Blinkfuer is’n anner Wurt för Lüchtorm. Twei Wüer hett dat Plattdütsche för ein Ding prat. Un dat Wurt „Blinkfuer“, wat von dei Gägend Rostock/Ribnitz her is, seggt nipping ut, worüm dat dat gahn deit: blinken. Ein lebennig Wurt, dücht mi. Ein Wurt, wat uns Phantasie weckt, uns in’t Simmelieren bringt un gor noch, wenn wi so ein Buwark seihn, liek ob grot, mastig orrer wat lütter. Blinkfuer ...

Blinkfuer, segg ...

„Blinkfuer, dit lett mi kein Rauh:
Worüm knippst du dei Oogen tau?“

„O wat, mien Fründ, ick kniep doch nich,
sowat kann ick nich lieden;
ick kiek mi blot so richtig üm,
gäw Licht woll nah drei Sieden!“

„Öwer nah achtern kickst du nich –
dor kannst woll nix gewinnen?“

„Mien Amt is vörn – nah achtern, weißt,
bekiek ick mi von binnen!“



Foto
André Pristaff, Rostock

Disse Verse hew ick bi dei Schriewersfru Ilse Mühlbach funnen.

Ein Gedank stiggt up: Manning, sünd wi Minschen nich ok sönnö Ort Blinkfuer, minnst künnten wi dat ok sien, denn un wenn?

...Wi helpen, wo nödig is, hebben ‘n gaudes, paßlich Wurt, drögen Tranen, drieben woll ok eins Spiejök, wecken ein Smüstern, un Lachen, gahn ok ‘mal bi ‘n Nahwern sitten, ok wenn wi uns nich telefonisch anmeldt hebben, wat denn nich so einfach is. Dat all in uns Fomilie, bi Frünn‘ orrer ok, wenn’t möt, för Frömm. Un dat ümmer, ümmer wedder, ümmer wedder. Klor, dat wi ok, so as dat Blinkfuer ein Paus bruken, in dei wi uns verhalten, (Niemodisch seggt man relaxen), nie Kraasch faten. Ein Paus, wo wi nix nich daun as drömen, nahdenken, ok woll eins bäden ... Bät wi as dat Blinkfuer wedder blinken, blinken, blinken ...

„Wer plattdütsch snackt, de sall ok plattdütsch läsen!“,
Mecklenburgisches Folklorezentrum, Für die drei Nordbezirke,
Ostsee-Druck Rostock, 1983, S.5.

Hollt Juch fuchtig!
Juch

Anna-Margarete Zdenka
Anna-Margarete Zdenka

Unser Ausflugs-Tipp

Nachtwächterführung mit dem Rostocker Nachtwächter

Begleiten Sie den Rostocker Nachtwächter auf seinem abendlichen Rundgang durch Rostocks ältesten und ursprünglichsten Stadtteil. Erleben Sie einen spannenden, unterhaltsamen Abend und hören Sie Geschichten aus vergangenen Tagen und dem Leben der Nachtwächter.

„Hört Ihr Leut‘ und lasst Euch sagen...“ Mit diesem Ruf beginnt der Rostocker Nachtwächter seinen Rundgang. Standesgemäß gekleidet mit Umhang, Hellebarde und Signalhorn berichtet er von „liderlichen Dirnen“, „Bönhasen“, „unehrlichen Leuten“ und vielem mehr. Währenddessen führt er durch Rostocks ältesten Stadtteil – die östliche Altstadt.

Die heutige Östliche Altstadt ist nicht identisch mit der historischen Rostocker Altstadt. Die historische Altstadt war die älteste der ursprünglich drei Rostocker Teilstädte, die sich 1265 zur Gesamtstadt Rostock zusammenschlossen. Die historische Altstadt befand sich zwischen östlicher Stadtmauer und der Grube, aus der im 19. Jahrhundert die Grubenstraße hervorging. Über der östlichen Altstadt erheben sich die Altstadtkirchen St. Petri und St. Nicolai.

Die Nachtwächterführungen sind bei den Gästen sehr beliebt, da sie das Flair der mittelalterlichen Stadt, ihrer Bewohner und deren Sorgen und Nöte besser vermitteln als jede andere Art der Informationsquelle.

Diese Führung ist für alle Altersklassen geeignet, Familien mit Kindern sind genauso gern gesehen wie Reisegruppen oder Schulklassen. Öffentliche Rundgänge beginnen um 20:00 Uhr an der Petrikerche. Im Winter (von November bis April) haben Sie an Montagen und Samstagen die Gelegenheit, ihn zu begleiten.

Karten sind erhältlich im Nachtwächterbüro in der Schnickmannstr.15 oder online buchbar. Restkarten verkauft der Nachtwächter vor Ort. Um Voranmeldung unter 0381 / 25 222 944 wird dringend gebeten. Die Wanderung dauert ca 1,5 Stunden.

Nach der Wanderung können Sie sich in einer der vielen urigen Gaststätten bei einem Heißgetränk aufwärmen.

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/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	DEZ	02	H	09	E	16	D	23	C	30	G	JAN	06	B	13	F	20	A	27	H	
Die		03	A	10	H	17	E	24	D	31	C		07	G	14	B	21	F	28	A	
Mi		04	F	11	A	18	H	25	E			01	D	08	C	15	G	22	B	29	F
Do		05	B	12	F	19	A	26	H			02	E	09	D	16	C	23	G	30	B
Fr		06	G	13	B	20	F	27	A			03	H	10	E	17	D	24	C	31	G
Sa		07	C	14	G	21	B	28	F			04	A	11	H	18	E	25	D		
So		01	E	08	D	15	C	22	G	29	B		05	F	12	A	19	H	26	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 - 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 10.00-16.00 Uhr
Sa geschlossen
So geschlossen

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

Heimatemuseum / Galerie

Parkstr. 21, **Tel.: 038206 / 74556**

Mi 15.00-18.00 Uhr
Fr 15.00-18.00 Uhr
Sa 15.00-18.00 Uhr
So 15.00-18.00 Uhr
ab Jan.
Di, Fr, 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: 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 **01.03.2020.**
Abgabetermin für redaktionelle Beiträge und Anzeigen ist der **14.01.2020.**

+++ Ratgeber Dr. Koch +++

Der nächtliche Schulterschmerz

Etwa zehn Prozent aller Patienten einer orthopädischen Praxis klagen über Schmerzen in den Schultern. Sie geben unspezifische Bewegungsschmerzen und meist nur Schmerzen in der Nacht an. Diese vorhandenen Beschwerden führen zu erheblichen Störungen des Nachtschlafes. Nachts auftretende Schulterschmerzen sind ein weit verbreitetes Problem, das jedes Jahr Millionen von Menschen betrifft. Meist sind die Patienten über 50 Jahre alt. Ab dem 50. Lebensjahr verändern sich viele wichtige Sehnen im Bereich der Schulter, der so genannten Rotatorenmanschette. Tagsüber verspüren die Betroffenen häufig gar keine Beschwerden. Die Beweglichkeit ist jedoch oftmals eingeschränkt. Die Schulter kann bei Alltagsabläufen jedoch fast in allen Ebenen ausreichend bewegt werden. Der Grund für die Schmerzen betrifft in der Regel die Weichteile im Bereich des Schultergelenks. Es sind nicht nur die Muskeln betroffen, sondern auch die Sehnen, die Gelenkkapsel, die Schleimbeutel und die Schleimhäute.

Schulterschmerzen treten meist nur in einer Schulter auf, die häufig in den Oberarm oder Hals ausstrahlen. Die gelenknahen Bereiche sind dabei betroffen. Man spricht von periartikulären Ursachen. So können zum Beispiel Verletzungs- oder erkrankungsbedingte Schäden an Muskeln, Sehnen, Gelenkkapsel oder innerhalb des Gelenkes plötzliche die Schulterschmerzen hervorrufen. Diese Sehnen-schäden machen aber längere Zeit noch keine Beschwerden. Später werden durch Fehl- oder Überbelastungen die typischen Schmerzen ausgelöst. Oft kommt es zu einer akuten Reizung besonders unter dem Schulterdach. Sehnen und Schleimbeutel werden gereizt und entzündet sich. Die Distanz zwischen Sehne und knöchernem Dach

wird sehr klein. Kalk kann sich in das Sehngewebe einlagern. Reibevorgänge führen zu weiteren Entzündungszeichen. Es entstehen höhere Spannungen im Gelenk, da man das Schultergelenk nicht mehr umfangreich bewegt. Weniger als fünf Prozent aller Bewegungsmöglichkeiten im Schultergelenk werden heutzutage im Alltag nur genutzt. Die Muskulatur verkürzt sich in allen Ebenen.

Mediziner unterscheiden zwischen akuten und chronischen Schulterschmerzen:

Akute Schulterschmerzen treten plötzlich auf. Ursachen können Unfälle oder Stürze auf die Schulter oder den Arm sein. Häufigste Gründe sind zum Beispiel ein Riss oder Einriss der Bizepssehne, eine ausgekugelte Schulter oder ein Oberarmbruch.

Chronische Schulterschmerzen entwickeln sich schleichend und können sehr hartnäckig sein. Sie werden zum Beispiel durch einen Gelenkverschleiß, Bandscheibenvorfall in der Halswirbelsäule oder eine Schultersteife verursacht.

Wenn die Schulter am Tage nur wenig, aber vorwiegend nachts erheblich schmerzt und man nicht darauf liegen kann, liegt meist eine so genannte Kalkschulter vor. Mit einer Kalkschulter kann man den betroffenen Arm nicht über Schulterhöhe oder über den Kopf heben. Die meisten Kalkablagerungen an der Schulter beginnen im mittleren Lebensalter, d.h. zwischen dem 25. und 55. Lebensjahr, auf 70 Prozent der Erkrankten sind Frauen und etwa 30 Prozent Männer. Nicht jeder Patient mit einer Kalkschulter durchläuft diese Erkrankungsphasen in klassischer Form. Meist wird durch entsprechende Therapien der Ablauf vorzeitig unterbrochen und heilend eingegriffen. Ist das Kalkdepot einer Kalkschulter unabhängig

von der durchgeführten Therapie beseitigt, so ist die Wahrscheinlichkeit eines erneuten Auftretens an der behandelten Schulter in Zukunft sehr niedrig, man kann sogar sagen: unwahrscheinlich. Die Wahrscheinlichkeit des Auftretens einer Kalkablagerung an der Gegenschulter, ist mit etwa zehn Prozent leicht erhöht. Kalkdepots können sich u. U. spontan auflösen. Ob und wann so eine Spontanheilung passiert, ist nicht vorhersagbar.

Das Ziel der nicht operativen Maßnahmen ist die Schmerzlinderung, und zwar möglichst in Verbindung mit einer dauerhaften Beseitigung des Kalkdepots. Deshalb wird die Therapie einer Kalkschulter in der Regel mittels konservativer Maßnahmen begonnen. Hierzu gehören die Gaben schmerz- und entzündungshemmender Medikamente. Alternativ können

Injektionen, die je nach Untersuchungsbefund entweder direkt in das Gelenk oder in den Raum unter dem Schulterdach in den Schleimbeutel appliziert werden, vom Facharzt vorgenommen werden. Es wird meistens Kortison mit örtlichen Betäubungsmitteln kombiniert. Der dosierte und gezielte Einsatz von Kortison als Zusatz bei der Spritzen-therapie der Schulter ist sehr sinnvoll und effektiv. Wichtig zu wissen: Wird Kortison häufig und über längere Zeit an den Sehnenansatz gespritzt, kann es in Einzelfällen zu Rissen der Sehnen kommen. Spritzen haben den Vorteil, dass sie sehr effektiv und schnell vom Schmerz befreien, meist allerdings zeitlich begrenzt. Eine regelmäßige häusliche Behandlung mit Rotlicht, Körnerkissen oder einem TENS-Gerät kann deutlich unterstützen.

Dr. med. Lutz Koch

Leserbrief aus Berlin

Sehr geehrte Damen, sehr geehrte Herren,

Einst kam ich her, hatte so manches erwartet
Was ich fand, war so anders geartet
z.B. der Strand, er wollt` mich nicht haben
Windstärke 6 hatte tagelang das Sagen.
Der Wind, er fegte mich glatt in die Dünen.
Anders als die Bäume,
musst` ich als „Windflüchter“ eilen von hinnen.
Doch was hab` ich stattdessen entdeckt
Zahllose Wanderwege, teilweise ganz versteckt
Ich hab` sie genossen gar sehr
Meine Tage im „Ort am Meer“.

Meinen Dank an alle Planer und Gestalter all der interessanten und lehrreichen Aktivitäten. Für die Lyrikbuche kam ich zu spät, das habe ich schon sehr bedauert, konnte aber anderweitig sehr aktiv sein, z.B. im Aktivwald mit anschließender Ruhepause im Entspannungswald, auf zahllosen Wegen der Dichter und Philosophen und auf den – anschaulich in Text, Graphik und Kunstwerk gestalteten – Promenaden usw. usw. Graal-Müritz war eine Entdeckung wert.

Freundliche Grüße
G. Marquardt




IFA
GRAAL-MÜRITZ
 HOTEL, SPA & TAGUNGEN
 GRAAL-MÜRITZ - OSTSEE - DEUTSCHLAND
 ★ ★ ★ ★
 SUPERIOR

Frohes Fest

Wir wünschen unseren Gästen und Geschäftspartnern ein frohes & besinnliches Weihnachtsfest sowie einen guten Rutsch ins neue Jahr 2020.

WELLNESS & GENUSS

- 1 x Schlemmerfrühstück vom reichhaltigen Buffet inkl. 1 Glas Sekt p. P.
- Ganztägiger Eintritt in unser großes, 30°C warmes Schwimmbad (25x10m), den drei verschiedenen Saunen und den Fitnessbereich
- 1 Wohlfühlmassage mit pflegenden Aromaölen
- Bademantel und zwei Badetücher p. P. zu Ihrer Benützung

Preis: 65,- € p. P. (Vorreservierung erforderlich)

- Abendessen im Rahmen der HP statt Frühstück zuzüglich 13,00 € p. P.

INTERNATIONALES FISCHBUFFET

Köstlichkeiten aus Neptuns Reich musikalisch begleitet durch unseren Shantychor. Nach dem Dessert laden wir zum Tanz mit DJ.

178. Internationales Fischbuffet am 28.02.2020
179. Internationales Fischbuffet am 27.03.2020
 159,00 € p. P. inklusive 1 Glas Sekt

Reservierungen unter Tel. 038206-730 oder per Mail an graal-mueritz@ifahotels.com

IFA Insel Ferien Anlagen GmbH u. Co KG
 Waldstraße 1, 18181 Graal-Müritz

Auch als Geschenkgutschein zu Weihnachten erhältlich!

Die Kleine Kneipe

Das Restaurant

Wir sind für Sie da:
 Montag bis Freitag ab 10.00 Uhr;
 Sonntag von 10.00 bis 14.00 Uhr



Unser kleines Restaurant mit hausgemachter Küche im maritimen Flair bietet heimische Fischgerichte, traditionelle Speisen sowie individuelle Spezialitäten.

Zum Weihnachtsfest (25. und 26.12.) bieten wir zusätzlich eine Weihnachtskarte mit Klassikern wie Ente mit Klößen, Wildgerichte u.v.m. an. Gern verwöhnen wir Sie kulinarisch auch zu Silvester und Neujahr. Bestellungen erwünscht.

Auf Wunsch liefern wir unsere hauseigenen Spezialitäten auch zu Ihnen nach Hause.

Das Team der Kleinen Kneipe wünscht allen Kunden, Partnern und Freunden frohe Weihnachten und ein gutes 2020.

Christine Czerny, Lindenweg, 18181 Graal-Müritz, Tel. 038206-77530



AQUADROM
 Gesundheit | Sport | Wellness
 im Ostseeheilbad Graal-Müritz

Wir wünschen unseren Gästen und Geschäftspartnern ein besinnliches Weihnachtsfest und ein gesundes Neues Jahr.

01. - 08. + 13. - 23. Dezember 2019
Rhassoul für 2 Personen
 Dauer: 45 min | Preis: 32,00 €

Freitag, 13. Dezember 2019 ab 20 Uhr
Mitternachtssauna
 „Russische Banja“

Freitag, 31. Dezember 2019 ab 20 Uhr
Silvester-Saunanacht
„Flower Power ...“
 in der Wasser- und Saunawelt

Preis pro Person
68,00 €

02. - 31. Januar 2020
Caracallabad
 Duftende Unterwassermassage mit stimmungsvollem Licht
 Dauer: 20 min | Preis: 18,00 €

Freitag, 10. Januar 2020 ab 20 Uhr
Mitternachtssauna
 „Winterzauber“

Kartenvorverkauf für die Silvester-Saunanacht + Wertgutscheine
 an der Rezeption und unter
 Tel. 038206 - 8 79 00

Besondere Öffnungszeiten im Dezember

Wasserwelt

01. - 08. und ab 13. Dez. Mo - So 10.00 - 21.30 Uhr
 09. - 12. Dezember **geschlossen** (wegen Wartungsarbeiten)
 04. Dezember Mi 11.00 - 21.30 Uhr

Saunawelt und Wellnessbereich

01. - 08. und ab 13. Dez. Mo-So 11.00 - 21.30 Uhr
 09. - 12. Dezember **geschlossen** (wegen Wartungsarbeiten)

Fitness-Studio, Badminton u. Kegelbahn

Montag - Sonntag 10.00 - 21.30 Uhr
 11. Dezember, Mittwoch 10.00 - 19.00 Uhr

Aqua - Das Restaurant

Montag und Dienstag Ruhetag
 Mittwoch - Samstag 12.00 - 21.00 Uhr
 Sonntag 12.00 - 18.00 Uhr
 11. Dezember, Mittwoch 12.00 - 19.00 Uhr
 23. Dezember, Montag 12.00 - 21.00 Uhr
 (Küchenschluss ist eine halbe Stunde vor Ende der Öffnungszeiten)

Öffnungszeiten an den Feiertagen und zum Jahreswechsel

	Wasserwelt, Sauna und Sport	Aqua - Das Restaurant
24. Dezember	09.00 - 12.00 Uhr * nur Gutscheinvorverkauf an der Rezeption	geschlossen
25. Dezember	10.00 - 18.30 Uhr	12.00 - 19.30 Uhr
26. Dezember	10.00 - 18.30 Uhr	Ruhetag
31. Dezember	10.00 - 15.00 Uhr	12.00 - 17.00 Uhr
01. Januar	11.00 - 21.30 Uhr	12.00 - 21.00 Uhr

Ausflugsfahrten

Rostocker Transfer Service

Entdecken Sie mit uns die schönsten Seiten Mecklenburg-Vorpommerns

Mittwoch: Inselrundfahrt Rügen

Donnerstag: Fischland-Darß-Zingst

Samstag: Hansestadt Rostock
Besuch Weihnachtsmarkt

Sonntag: Wechselnde Angebote
erfragen Sie im Haus
des Gastes
Graal-Müritz



Informationen und Anmeldung:

Telefon 0381 20 15 633,
www.rostock-rundfahrten.de oder
im Haus des Gastes Graal-Müritz,
Rostocker Str. 3, T 038206 7030,
www.graal-mueritz.de, touristinformation.tuk@graal-mueritz.de

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^{GbR}

18181 Graal-Müritz | Lange Straße 31 | Haus rechts neben dem EDEKA



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

PESCADO
Restaurant - Café - Bar



Zur Seebrücke 34 A . 18181 Graal Müritz . T: 038206 3700 01
info@restaurant-pescado.de . www.restaurant-pescado.de

Herzlich willkommen im PESCADO – dem Fischrestaurant in Graal-Müritz!

Genuss erleben, sich verwöhnen lassen und in gemütlich modernem Ambiente entspannen. Wir möchten Sie dazu einladen, eine gute Zeit zu haben.

Regional | Saisonal | Mediterran

Mit frischen Ideen und genialen Variationen des zum Teil Altbekannten wollen wir Sie überraschen und abwechslungsreiche kulinarische Erlebnisse schaffen.

Neue Winterkarte

*****mit festlichen Highlights*****

Gebratene Blutwurst
Apfelkompott | junger Salat

Gefüllter Mecklenburger Rippenbraten
Backobst | Rotkohl | Klöße

½ Cherry Valley Ente
Mon Chéri Lebkuchensoße | Rotkohl | Klöße

Gebratene Gänsekeule
Rosenkohl | Serviettenknödel | Bratensoße

Täglich frischer Kuchen, hausgemachte Torten und verführerische Eisbecher mit regionalem Eis.

Öffnungszeiten:

Mo: Ruhetag (außer 30.12.) | Di - Do: 14:00 - 21:00 | Fr - So: 12:00 - 21:00

Frühstücksbuffet (nur mit Reservierung): 8:00 - 10:00

Die Öffnungszeiten über Weihnachten und den Jahreswechsel finden Sie auf unserer Homepage.

KOSTENLOS PARKEN

ENTSPANNT SHOPPEN

**HANSE
CENTER**
BENTWISCH



NEUERÖFFNUNG 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



Weihnachten steht vor der Tür.

Keine Lust auf kochen oder backen? Wir schon!

Hier nur ein kleiner Auszug aus unserem Weihnachtsangebot:

½ Ente mit hausgemachtem Rotkohl und Kartoffelklößen
Wildschweingulasch mit Preiselbeer-Birne und Butterspätzle
Zanderfilet mit Kürbisgnocchi und Parmesansahne oder
ein leckeres Stück hausgebackener Stollen, Weihnachtsplätzchen, Torten,
Kuchen uvm. Wir freuen uns auf Sie!

**Jahreswechsel an der Seebrücke im Strandrestaurant
Achterdeck & Café Eismeer.** Wir haben auch am 31.12. & 01.01.20
für Sie geöffnet. Um Tischreservierung wird gebeten.

*Wir wünschen frohe Weihnachtstage, einen guten Rutsch und ein
gesundes, glückliches neues Jahr !*



CAFÉ & COCKTAILBAR PINK LADY

www.bar-pinklady.de

Öffnungszeiten: Do.– So.
ab 14 Uhr

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

Montags geschlossen

Ihr *Pink Lady*-Team

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

Graal-Müritz



Neubau
einer Ferien- und
Hotelappartement-
anlage mit
Wellnessbereich,
Hotelrestaurant,
Tiefgarage und
Gewerbezeile.
In Haus 1 stehen
von 36 Wohnungen/
Appartements noch
13 zum Verkauf.

Wohnfläche: 31,7 m² bis 59,5 m²
Verkaufspreise: 1-Raum-App.: ab 155.000,- €
2-Raum-App.: ab 180.000,- €
3-Raum-App.: ab 290.000,- €
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.