

Ostseeheilbad Graal-Müritz

Windflüchter

Informationen für Gäste und Gastgeber Heft 226 01.09. - 30.09.2020



60 Jahre
Seeheilbad
Graal-Müritz



60 Jahre „Seeheilbad“ – Ein Garant für Qualität

Bereits vor 60 Jahren – genauer gesagt am 04.10.1960 – erhielt Graal-Müritz die staatliche Anerkennung als „Ostseebad, Kurort und Seeheilbad“. Unser Ort war damit das erste Bad in der ehemaligen DDR, dem diese Anerkennung verliehen wurde. Die Festveranstaltung zur Verleihung fand im damaligen Kulturhaus des Aßmann-Sanatoriums, vor insgesamt 160 Gästen statt. In der Festrede wurden die bedeutsamen Entwicklungen des Gesundheitswesens und des Kur- und Bäderwesens im Ostseebad Graal-Müritz gewürdigt und die beispielhaften klinischen Kuren für Infarktpatienten und Herzoperierte hervorgehoben.

Der Stellvertreter des Ministeriums für Gesundheitswesen, Herr Dr. Erler, übergab dem damaligen Bürgermeister von Graal-Müritz, Herrn Krakov, die Urkunde über die staatliche Anerkennung des in der nordöstlichen Heide Mecklenburgs gelegenen Ostseebads als „Seeheilbad“.

Damit übernahm unser Ort die große Verpflichtung, sich zu einem vorbildlichen Kurort und dem ersten Seeheilbad zu entwickeln.

Dass dies gelungen ist, bewies die im März 1998 vorgenommene Anerkennung als Seeheilbad durch die Landesregierung Mecklenburg-Vorpommern.

Diese Bestätigung weiter zugesprochen zu bekommen, ist nicht immer einfach, da daran viele Verpflichtungen geknüpft sind. Anders als zum Seebad, müssen nämlich zusätzliche Bedingungen erfüllt sein, die zu dem Titel *Seeheilbad* berechtigen und im Kurortgesetz verankert sind. Dies sind in kurzen Stichpunkten zusammengefasst:

- Verfügbarkeit natürlicher, wissenschaftlich anerkannter und durch Erfahrung kurmäßig bewährter Heilmittel des Bodens, des Meeres oder des Klimas

- mindestens eine Praxis eines Badearztes,
- klimatische Eigenschaften und eine Luftqualität, die gemäß meteorologischen und lufthygienischen Standards überwacht werden und die die Gesundungs- und Erholungsmöglichkeiten unterstützen,
- Einrichtungen zur Abgabe und Anwendung der Heilmittel,
- Kurpark, vom Straßenverkehr hinreichend ungestörte Spiel-, Sport- und Liegewiesen sowie Waldanlagen mit gekennzeichnetem Wegenetz für Terrainkuren,
- während der Kurzeit Diätberatung; in Krankenhäusern und Diätküchenbetrieben Beschäftigung mindestens eines Diätassistenten
- Kommunikations- und Informationseinrichtung (Quelle: WIKIPEDIA)

Sie sehen also, wir haben über Jahre hinweg weder Kosten noch Mühen gescheut, um dieses Prädikat weiterhin zu erhalten und können somit auf eine lange Tradition des Kurwesens zurückblicken.

Die klimatischen Heilfaktoren, die hier durch die außerordentlich günstige Verbindung zwischen Wald- und Seeklima gegeben sind, ermöglichen die Behandlung und Durchführung von Kuren bei Herz- und Kreislaufkrankheiten, chronischer Bronchitis und Asthma. Heute gibt es drei Kurkliniken mit insgesamt sechs Einrichtungen in unserem Ort. Bereits im ehemaligen „Richard Aßmann“ Sanatorium (heutiges AKG Reha-Zentrum) wurden Herz- und Kreislaufkuren durchgeführt. Die Bauten der ältesten Kinderkurklinik Deutschlands ergänzen noch heute das Ensemble der Mutter-Kind-Klinik „Tannenhof“, dem damaligen Friedrich-Franz-Hospiz. Seit 1995 besteht in Graal-Müritz auch eine Fachklinik für Onkologie. Weiterhin gibt es zwei Mutter-Kind-Einrichtungen

unter Trägerschaft des ASB. Kurpatienten und natürlich auch Gäste nutzen gerne unseren Kurpark, den Rhododendronpark, die Kur- und Sportanlagen wie den Aktiv- und Erholungswald und als Kommunikationseinrichtungen das Haus des Gastes sowie die Touristinformation am Seebrückenvorplatz.

Unser Badearzt Herr Dr. Kühn berät Patienten und verschreibt die entsprechenden Anwendungen im Rahmen ambulanter Kuren. Allerdings empfehlen wir Ihnen eine frühzeitige Anmeldung, um auch die gewünschten Termine in den Physiotherapien vereinbaren zu können, denn die Physiotherapeuten haben allerhand zu tun.

Zu einem Heilbad gehört auch die Abgabe eines ortsgebundenen Heilmittels. In unserem Ort ist dies das Ostseewasser, das als Heilmittel in Form eines Wannensbades seine heilende und gesundheitsfördernde Wirkung besonders entfalten kann. Diese speziellen Bäder werden in der Physiotherapie des Aquadroms angeboten und verabreicht. Die Anwendung kann sowohl mittels verschreibungspflichtigen Rezepts, als auch auf Selbstzahlerbasis in Anspruch genommen werden.

Zusätzlich ist in unserem Ort das gesamte Umfeld auf Erholung ausgerichtet. Der Ortskern ist nicht weiter als 2 km von der Küste entfernt, so kann die gesunde Brise bis in die letzten Winkel des Ortes gelangen.

Wir verfügen über eine schöne strandnahe Promenade und zahlreiche Wanderwege, gepflegte und überwachte Badestrände und selbstverständlich eine gute Wasserqualität.

Strandkörbe erfüllen die Forderung nach Ruheeinrichtungen in windgeschützten Bereichen.

Eine touristische Infrastruktur sowie vielfältige Freizeit- und Kulturangebote tragen ebenfalls

zu einem rundherum belebenden Aufenthalt in unserem Ostseehilbad bei.

Beständig arbeiten wir an der Erhaltung aber auch Weiterentwicklung der hohen Qualität und beziehen neben der natürlichen Ressource Ostseewasser auch unseren Wald mit ein. Um dessen gesundheitsfördernde Breitenwirkung besonders zu nutzen, wurde für den Bereich des Küstenwaldes um den Rhododendronpark der Status Kurwald beantragt. Die Gestaltungselemente des Kurwaldes dienen im Schwerpunkt der Erholung sowie der medizinischen Prävention. Der Aufenthalt im Kurwald ist geeignet, der Verschlimmerung, dem Wiederauftreten sowie der Chronifizierung von Krankheiten entgegenzuwirken (Sekundärprävention). Zielstellung ist auch die Besserung und Wiederherstellung der Gesundheit sowie der Leistungsfähigkeit. Die Waldflächen dienen außerdem der Erholung, dem Lärm-, Küsten- und Klimaschutz sowie in Teilbereichen auch dem Boden- und Uferschutz.

Der Status Seeheilbad ist also Anerkennung und Verpflichtung zugleich; bedeutet aber auch einen hohen finanziellen Aufwand. Mit der Erhebung der Kurabgabe wird ein gewisser Teil dazu beigetragen. Trotzdem möchte ich am Ende dieses kleinen Artikels in Richtung Landesregierung den Appell richten, den hochprädikatisierten Orten eine besondere Unterstützung zukommen zu lassen. Nur so wird es möglich sein, die mit diesem Status verbundenen Erwartungshaltungen zu entsprechen und die Anforderungen auch weiterhin erfüllen zu können.

Dr. Benita Chelvier
Bürgermeisterin

Windflüchter–Jubilare

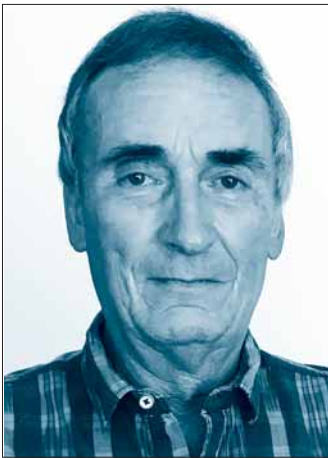
Die 1. Ausgabe der Zeitschrift „Windflüchter“ erschien im März 1994.

Dieses Heft für Einwohner und Gäste kann auf eine einzigartige Erfolgsgeschichte zurückblicken. Kaum ein anderes Ostseebad hat eine Gästezeitung und kein anderer Urlaubsort in M/V hat es geschafft, 26 Jahre Information, Unterhaltung, Historie und Kultur in dieser Form zu vermitteln.

Der „Windflüchter“ lebt u.a. durch fleißige und kreative Mitstreiter, die ehrenamtlich schon viele, viele Jahre dabei sind und unermüdlich nach neuen Ideen und Themen suchen, mit denen sie die Seiten füllen und die zahlreiche Leserschaft unterhalten wollen.

Heute möchten wir uns ganz herzlich bei zwei Herren bedanken, die man als „Aktivisten der ersten Stunde“ bezeichnen kann:

„Silberhochzeit“ mit dem Windflüchter



Dr. Lutz Koch, Facharzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin,

Der erste Beitrag im Windflüchter von Dr. Koch war in der Sonderausgabe im September 1995, Ostseebad Graal-Müritz – 35 Jahre Seeheilbad, „Die Ostseeküste im Winter – besonders günstig für einen Kuraufenthalt.“

Dr. Kochs Gesundheitsecke folgte dann ab der Ausgabe 11/1996 mit dem Beitrag „Das Wohlbefinden – Was ist das eigentlich?“ und danach regelmäßig bis zur jetzigen Ausgabe. Dr. Koch begann nach Abschluss seines Studiums die Ausbildung zum Facharzt für Physiotherapie 1979 im Kliniksanatorium „Richard Aßmann“ in Graal-Müritz. Ab 1985 arbeitete er als Oberarzt in der Heilkurabteilung. Nach der Wende und nach dem Bezug des Neubaus des Reha-Zentrums war er als Stationsarzt in der kardiologischen Abteilung tätig und zwar bis zum Eintritt in das Rentenalter, 2010.

Im „Windflüchter“ hat er die Leser mit interessanten allgemeininteressierenden Beiträgen über so manches Wehwechen aufgeklärt und Gesundheitstipps zu vielen Beschwerden gegeben. Dabei hat Herr Dr. Koch immer viel Wert auf die Vermittlung von Wissen über Naturheilpflanzen und natürliche Mittel (z.B. Stutenmilch bei Hautirritationen) gelegt. Seine jahrzehntelange Tätigkeit als Arzt und die daraus resultierende Erfahrung kommt den Lesern nun weiterhin zu Gute. Viele Bücher sind von ihm erschienen und stehen in unserer Bäderbibliothek bereit.

Zuverlässig und pünktlich zu den Abgabeterminen kommt sein Beitrag für den „Windflüchter“ zum Redaktionskollegium.

Wir freuen uns auf weitere informative Artikel!

Sehr geehrter Herr Dr. Koch, wir bedanken uns bei Ihnen ganz herzlich für die vielen Jahre ununterbrochener Tätigkeit für unsere Zeitschrift, alles Gute für Sie und bleiben Sie gesund.

„Ein echter Weyrich!“

Ja, liebe Leser, ein echter Weyrich schmückt seit dem Jahr 2000 das Titelblatt des „Windflüchter“.



Damit sind wir beim zweiten Jubilar – **20 Jahre ist Joachim Weyrich** für die Illustration der Gästezeitung zuständig und vorrangig für das Titelbild.

Zunächst war Walter Gutknecht für die Gestaltung des Titelbildes zuständig, ab Heft 29 stand

ihm Joachim Weyrich bereits zur Seite und die beiden wechselten sich ab.

Seit Heft 66 (Sept. 2000) ist Joachim Weyrich allein für das Titelbild verantwortlich.

Viele Stammleser des „Windflüchter“ sammeln begeistert die Grafiken und freuen sich über immer wieder andere Motive. In 20 Jahren sind da richtige Weyrich-Galerien entstanden. Seine Bilder zogen und ziehen Einwohner und Gäste in die Ausstellungen, z.B. im Haus des Gastes.

Im Heimatmuseum – welches Weyrich seit 2005 leitet – können die Besucher dem Maler über die Schulter schauen oder man trifft ihn im Rhododendronpark mitten bei der Arbeit.

Joachim Weyrich malt und gestaltet zwar in erster Linie für den „Windflüchter“, aber auch textlich füllt er die Zeitschrift mit Interessantem und Wissenswertem zur Heimatgeschichte von Graal-Müritz. Unter der Rubrik „Aus dem Heimatmuseum“ finden Sie in jeder Ausgabe Artikel über das Leben in unserem Ort.

Das Redaktionskollegium des „Windflüchter“ sagt, auch im Namen der Leser, vielen Dank für Ihr Engagement und wünscht weiterhin einen flotten Pinselstrich!

(siehe auch Artikel Graf, S.8)

+++ Lese-Tipp +++

Start der Trilogie „Leidenschaft“ mit dem 1. Teil „Das Böse stirbt nie“ von Marion Petznick

Das Besondere an dieser Ostsee-Krimi Reihe ist, dass alle drei Teile einen besonderen Bezug zu Graal-Müritz herstellen. Dabei wurde Wert daraufgelegt, dass der Ort mit seiner besonderen Lage zwischen Wald und Meer in all seiner Schönheit skizziert wird. Einheimische und Urlauber erkennen garantiert viele ihnen bekannte Plätze wieder.

Die Spannung kommt natürlich dabei nicht zu kurz, denn einige falsche Fährten wurden von der Autorin gelegt, um die Leserschaft in den Fall mit einzubeziehen. Viel Freude beim Lesen!

Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

03.09.2020 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes

**Kabarett »Mir Saggsn gehn nich under«
Gunter Böhnke & Steps**



Na und? Wer hat denn das Gegenteil behauptet? – Alle! Und immer wieder.

Mit unserem Programm werden wir den Beweis antreten, dass der Sachse gar nicht untergehen kann – selbst, wenn er es wollte. Natur, Umwelt und Gene haben ihn so geschaffen, dass ein Untergang beim besten Willen nicht vorstellbar ist. Und höheren Blödsinn verfassen, kann der Sachse wie kein zweiter. Wenn er fordert: "Hubbe, mei Begahsus, Hubbe!", dann sitzt er selbstredend oben drauf. Und wenn er als Vermittler zwischen Sachsen und Europa auftritt, bleibt kein Auge trocken.

Der Sachse – in Person von Gunter Böhnke – fabuliert und singt, erzählt und springt. Dazu zupft Thomas Moritz den Bass in den höchsten Tönen und Jörg Leistner haut in die Tasten, dass sie rauchen.

Eintritt: 17,00 € / 15,00 € erm.

04.09.2020 | 20:00 Uhr | je nach Witterung Haus des Gastes oder Rhododendronpark

Lesung Wladimir Kaminer – »Liebeserklärungen«



Was gibt es Schöneres als die Liebe? Und was bietet mehr Stoff für Komik, Dramen, Enttäuschungen und Hochgefühle? Egal ob es um verliebte Teenager geht, die einen Rockstar anhimmeln, bis die Illusion vom coolen Helden an der Realität zerschellt. Oder ob die perfekt geplante romantische Überraschung daran scheitert, dass der Angebetete sie dank einer Fußballübertragung schlicht verpasst. Aber natürlich gibt es auch Happyends und glückliche Verbindungen, die ein Leben lang halten. Von den zahllosen Facetten der Liebe weiß Wladimir Kaminer ein Lied zu singen – oder Geschichten zu erzählen: witzig, staunend, klug und immer mit liebevollem Blick auf die Schwächen des menschlichen Herzens.

Eintritt: 22,15 €

05.09.20 | 20:00 Uhr | Musikmuschel
Open-Air-Sommer Graal-Müritz

**»Entre cielo y tierra - Zwischen Himmel und Erde«
Stefan Grasse (Gitarre) spielt Tango, Bossa, Son, Valse und Flamenco**



Träume und Fernweh zum Klingen bringen ist die Passion des weit gereisten Gitarrenvirtuosen Stefan Grasse. Als Weltenbummler mit Gitarre hat er musikalische Reiseimpressionen aus Europa und Südamerika im Gepäck. So entstand das abwechslungsreiche Programm zwischen Bossa Nova, Tango, Flamenco, afrikanischer und indischer Musik. Vielfältig, bunt und facettenreich erklingt diese Musik.

Sie weckt Sehnsüchte und Lebensfreude und macht Lust auf sonendurchflutete Landschaften. Oder, wie das Magazin „Gitarre Aktuell“ urteilte: „Es ist ein musikalisches Fest“!

Tickets an der Abendkasse!

07.09.2020 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes

**Schiffbau in Warnemünde - Die Warnowwerft
Vortrag mit Dipl. Ing. Joachim Stetzkowski**



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

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

Kosten: 6,50 € / 6,00 € erm.

Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

14.09.2020 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes

»Sturmfluten« Vortrag mit Winfried Pachnicke



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

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

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

Eintritt: 5,00 € / 4,50 €

17.09.2020 - 19.09.2020 Rhododendronpark

Nachts im Park (18:00 - 23:00 Uhr)



Erleben Sie lichtvolle Septemberevening für alle Sinne bei uns in Graal-Müritz – der Rhododendronpark bietet dafür eine perfekte Kulisse. An drei aufeinanderfolgenden Abenden im September wird der Rhododendronpark im Ostseeheilbad Graal-Müritz wieder zu einem lichtvollen Ort. »Nachts im Park – Licht und Leise«!

Jeweils von 18 bis 23 Uhr können Sie bei einem Glas Wein und leckeren Häppchen die Poesie des Lichtes genießen.

Der Rhododendronpark wird so zum Wohlfühlplatz für die Sinne – bietet er doch eine perfekte Kulisse, die vielen Lichtinstallationen in aller Ruhe auf sich wirken zu lassen.

Bitte denken Sie daran, Abstand zu halten.
Wir empfehlen, eine Mund-Nase-Maske zu tragen.

Eintritt frei!

21.09.2020 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes

Pilze und andere Früchte des Waldes Vortrag mit Holger Duty

Das Sammeln der schmackhaften Hutträger bringt viele Menschen während der Pilzsaison dazu, den heimischen Wald zu erkunden.

Es ist gar nicht so schwer, die giftigen von den essbaren Arten zu unterscheiden, wichtig ist, man kennt die wenigen wirklich giftigen Pilze.



Der Naturfotograf Holger Duty zeigt Ihnen eine große Auswahl der bei uns wachsenden Pilze. Wenn er Ihr Interesse geweckt hat, können Sie ihn am 22.09.2020 ab 10 Uhr auf seine Pilzwanderung begleiten.

Kosten: 6,50 € / 6,00 € erm.

22.09.2020 | 10:00 Uhr | Treff: Bushaltestelle beim Caféstübchen Witt

Pilzwanderung

Eintritt: 6,00 € / 5,00 € erm. / 2,00 € Kinder

28.09.2020 | 19:30 Uhr | Haus des Gastes

»Sagenhaftes um Graal-Müritz« Vortrag mit Joachim Puttkammer

Sagen gehören zum festen Bestand unserer Volkskultur. In allen Landstrichen Deutschlands finden wir sie.



In Graal-Müritz regten vor allem der Wald, das Moor und die Mühle die Phantasie der Einheimischen an. Und dann ist da der Geist Murmann, der in seinem Leben auf der Erde Böses tat und nun Gutes tun muss, um endlich eingehen zu können in das Reich der Geister. Diese Gestalt ist die Leitfigur des Moorfestes, das seit Jahren im Herbst in Müritz stattfindet.

Joachim Puttkammer hat diese Sagen zusammengetragen, bearbeitet und in einem Büchlein herausgebracht. In seinem Vortrag informiert er über Entstehung und Charakter dieses literarischen Genres und liest typische Texte vor.

Sowohl für Einheimische als auch für Gäste kann es besonders interessant sein, diese literarische Sonderform zu bedenken.

Eintritt: 5,00 € / 4,50 € erm.

Veranstaltungen der Tourismus- und Kur GmbH

Immer mittwochs | 10:00 Uhr | Rhododendronpark

**Lyrikzeit im Park an der Lyrikbuche
ASB Regionalverband Warnow-Trebeltal e.V.**

„Onkel Bräsig“ möchte zum Naschen einladen und zwar zum Lieblingsbuch, -gedicht oder -schriftsteller verkosten. Wer Freude an lyrischen Versen unter freiem Himmel hat, ist herzlich eingeladen. Ob Sie nun anderen lauschen oder sich selbst einbringen wollen, die Lyrikbuche (leicht zu finden, gekennzeichnet durch ein Haltesignal) heißt jeden willkommen.

Eintritt frei!

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

01.09. | 15.09. | 29.09. | 16:00 | Trefft: Bahnhof Ostseering

**Historischer Spaziergang durch Graal
mit Ulrike Bencard**

Sie sehen historische Büdner-Häuser und Villen und Hotels, die in den Anfängen des 20. Jahrhunderts gebaut wurden. Ein Abstecher führt zur bekannten Lukaskirche. Auf dem Weg erfahren Sie so manches über Schriftsteller (u.a. Kästner, Kafka und Fallada), die hier gewisse Zeiten ihres Lebens verbracht haben.

Dauer: ca. 1,5 Stunden; mind. 3 Pers.

Kosten: 6,00 € / 5,00 € / 3,00 €

Immer dienstags und freitags | 10:00 Uhr (außer am 22.09.)

**Moorwanderungen
mit Holger Tessendorf / Dr. Hans Hartmeyer**

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. Bitte denken Sie an lange Kleidung, festes Schuhwerk und Mückenspray. Die Wanderung dauert ca. 2 Stunden und ist ca. 5 km lang; mind. 5 Personen

Kosten: 8,00 € / 7,00 € / 3,00 €

**Immer freitags | 14:00 Uhr | Treffpunkt: Bushaltestelle
beim Caféstübchen Witt**

Radmoorwanderung mit Holger Tessendorf

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 Hochmoor 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 Teiln.

Kosten: 9,50 € / 8,00 € / 4,00 €

06.09.2020 | 09:30 Uhr | Treffpunkt: Haus des Gastes

Wildkräuter vor der Haustür mit Antje Katreniok

Am Wegrand, im Wald und auf Wiesen wachsen viele Pflanzen, die wir meist übersehen. 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.

Wandern Sie mit der erfahrenen Heilpraktikerin Antje Katreniok durch die Natur. Kinder sind willkommen und laufen kostenfrei mit.

Kosten: 7,00 €

**03.09. und 17.09.2020 | 10:00 Uhr | Treffpunkt Parkplatz
beim Fischhus (Ortsausgang)**

**Küstenwanderung durch die Rostocker Heide
mit Johannes Lang**

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 und die Auswirkung von Sturmfluten wird vermittelt.

mind. 3 Personen; 4,5 km, ca. 2 Stunden

Kosten: 6,00 € / 5,00 € / 3,00 €

16.09.2020 | 14:00 Uhr | Treffpunkt: Haus des Gastes

**Geführte Radtour durch die Rostocker Heide
mit Torsten Maaß**

Torsten Maaß lädt Sie zu einer interessanten und humorvollen Fahrradtour durch die Rostocker Heide ein. Radeln Sie mit und erfreuen Sie sich an der Bewegung, gesunder Luft und schönen Naturbildern. Anspruch: leicht - mittel (Waldwege); Verpflegung: Getränk und kleinen Imbiss mitnehmen! mind. 3 Personen; ca. 3 Stunden

Kosten: 9,50 € / 8,00 € / 4,00 €

**26.09.2020 | 10:30 Uhr | Treffpunkt: Bushaltestelle beim
Caféstübchen Witt**

Vom Klosterleben zum Badewesen – Historische Ortsführung durch Müritz mit Christiane Stetzkowski

Einst betrieben die Nonnen des Ribnitzer Klosters aus dem Orden der Heiligen Klara einen Meierhof. Jahrhunderte später erkannten Erholungssuchende das besondere Klima aus Wasser, Wind und Wald.

Der Wunsch nach mehr Annehmlichkeiten wuchs und „Städtische Häuser“ veränderten nun das Gesicht des „Ortes am Meer“. Auf diesen geschichtlichen Pfaden wollen wir uns begeben und Müritz neu entdecken. Dauer: etwa 1,5 Stunden; mind. 3 Personen

Kosten: 6,00 € / 5,00 € / 3,00 €

Aus dem Heimatmuseum

Am 16.09.2020 besteht das Hotel und Restaurant „Kähler“ Graal-Müritz 100 Jahre!

Erbaut wurde die Pension „Alexandra“ 1890 von Karl Jess. In einem damaligen Prospekt wurde das Haus wie folgt beschrieben: „Die Pension liegt in geschützter Lage, von Laub- und Nadelwald umgeben, unmittelbar an der Hauptstraße zum Strande, von letzterem nur 5 Minuten entfernt. Die Zimmer sind hell und freundlich, gut eingerichtet, Balkons und Veranden, Speisesaal mit Veranda, sorgfältige Küche, solide Preise.“

1920 kauften Heinrich Kähler und seine Frau Betty das Haus im typischen Bäderstil und führten es bis 1953. Das Haus war in seiner wechselvollen Geschichte aber auch Altenheim, Heim für Werftarbeiter, von 1945 bis 1949 Sanatorium für russische Soldaten.

Von 1949 bis 1953 betrieb die Familie auch das Strandcafé „Kähler“ in Müritz-Ost, später bekannt als „Strandhalle Ost“. Nach einer Sturmflut 1960 musste das Restaurant abgerissen werden.

Das Stammhaus war bis 1953 Ferienheim der Wismut.

Ab 1953 übernahmen der Konditormeister Kurt Kähler und seine Frau Ina das Haus und richteten im Keller eine eigene Konditorei ein.

Am 1. Januar 1966 übernahm Peter Kähler mit Frau Erika die Geschäftsführung. Wenn man so



ein familiengeführtes Hotel über viele Jahre erfolgreich führt, bedarf es immer starker Frauen an der männlichen Seite. Die günstige Lage zur Ostsee und zum Strand, die gutbürgerliche Küche, hausgemachter Kuchen, gepflegte Getränke und erlesene Weine sind eine gute Voraussetzung für Erholung und Entspannung.

Kählers Bestreben war immer, dass Gäste und Einheimische sich in ihrem Haus wohlfühlen. Ich kann mich noch gut an die allsonntäglichen Tanzabende erinnern, die bei den Gästen sehr beliebt waren. Ganz zu schweigen von den schmackhaften

„Broilern“, die das Haus schnell bekannt machten. Wie hieß es so schön, „Ob im Osten oder Westen – Kählers Broiler schmeckt am besten!“

Im Wettbewerb „Gaststätte der gepflegten Gastlichkeit“ wurde ihre Mühe 1985 mit dem 1. Platz im Bezirk Rostock belohnt.

1991 wurde das Haus vom Keller bis zum Dach umgebaut, um sich dem heutigen Niveau anzupassen. Es wurden 11 Doppelzimmer und 2 Ferienwohnungen angeboten.

Seit März 2020 arbeiten Peter Kähler und Sohn Michael zusammen als gemeinsame Chefs in einer GbR.

Sohn Michael darf sich seit 1997 Küchenmeister nennen. In vierter Generation kümmert er sich um die Küche. Es werden u.a. Spezialitätenwochen angeboten wie Fischwoche oder Wild- und Grünkohlessen. Schwiegertochter Beate kümmert sich um das Wohl der Gäste.

Ich wünsche den Senioren, die 2006 in den Ruhestand gegangen sind, viel Gesundheit und den Junioren viele zufriedene Gäste.

Joachim Weyrich
Leiter des Heimatmuseums



Ausstellungen im Heimatmuseum

„FDGB Feriendienst nach 1945 in Graal-Müritz“
vom 4.8.20 bis 30.9.20

Vom 6.10.20 bis 30.12.20 zeigt Joachim Weyrich seine **Titelgrafiken** der Zeitschrift „Windflüchter“, die in 20 Jahren entstanden sind.

(Abb. links: Titel Heft 67 aus dem Jahr 2000)

**Heimatmuseum Graal-Müritz / Galerie; Parkstraße 21,
Tel.: 038206 / 74556**

Was mir in Graal-Müritz noch so auffiel

Bereits 226 Ausgaben des Informationsblattes „Windflüchter“, das für Gäste und Gastgeber des Ostseeheilbades Graal-Müritz seit 1994 erscheint, gibt es bisher. Zu jedem Heft erscheint ein neues Titelbild, das bis zum Jahr 2000 von Walter Gutknecht gestaltet wurde.

Danach übernahm Joachim Weyrich diese Aufgabe.

Als der Ehrenbürger Hanning Schuldt seine ortsbezogene Reihe „Wat mi noch so inföllt – Gedanken tau die Chronik von Graal-Müritz“ aus Altersgründen beendete, bat mich Weyrich, unter der Überschrift „Was mir in Graal-Müritz noch so auffiel“ Interessantes aus dem Ort und der Umgebung den Lesern mitzuteilen. Dadurch lernte ich den Maler und späteren Museumsleiter noch besser kennen. Joachim Weyrichs Bildmotive, egal welche Mal- oder Zeichentechnik er anwendet, stammen häufig aus der Landschaft, dem Meer und dem Wald.



Manchmal malt er besondere Gebäude oder Details von ihnen. Oft fängt er auch beeindruckende Wettererscheinungen ein. In seiner Galerie, im Museum und in Ausstellungen findet man viele Beispiele dafür. Auch Porträts, Karikaturen und Kopien alter Gemälde sind darunter.

Sein Können und seine Freude am Malen hat er an viele Menschen in Mal- und Zeichenzirkeln weiter vermittelt. Ich erinnere an eine gut besuchte Veranstaltung „Wie ein Bild entsteht“. Hier erklärte und demonstrierte er in lockerer Art und Weise seine Techniken zur Landschaftsmalerei. Das fertige Bild wurde anschließend versteigert, und der Erlös floss in die Kasse des Museums.

Weyrich legte und legt großen Wert auf die Meinungen der Betrachter seiner Werke, egal ob in der Galerie oder bei Ausstellungen. Jedes seiner Titelbilder stellt er der Redaktion des

WINDFLÜCHTERS zur Begutachtung vor und hat überhaupt kein Problem damit, wenn gebeten wird, die eine oder andere Sache noch zu verändern. Manchmal bringt er auch mehrere Entwürfe mit, und dem Redaktionskollegium fällt es mitunter schwer, sich für einen zu entscheiden.

Joachim Weyrich ist ein humorvoller Mensch, der seine einführenden Worte zu Ausstellungen mit erheiterndem Wortwitz dekoriert, wenn es zum Thema passt. Davon zeugt auch ein Spruch in seiner Galerie:

Nur die besten Maler werden gehängt

Ich wünsche Joachim Weyrich weiterhin Gesundheit und Schaffenskraft und uns noch viele Titelbilder von ihm für den WINDFLÜCHTER und zur Freude unserer Gäste und Gastgeber.

Klaus Graf

+++ Leserpost +++ Leserpost +++ Leserpost +++

Mittwochs um zehn

Hier schreibt ein Wiederholungstäter. Seit dem Jahr mit den drei Nullen bin ich sommers in Graal-Müritz. Warum immer wieder? Ich brauche nichts anderes, wenn ich weiß, wo es schön ist. Eine strandnahe Ferienwohnung gehört zum Rundumwohlgefühlpaket, denn ich muss ins Wasser, zwischen den Bojen schwimmen (ohne Brille braucht man Orientierung) und zwar möglichst gleich als täglichen Frühsport.

Morgens

Morgens gegen sieben hat man die Ostsee fast für sich allein. Ohne Hast geht man hinein und schwimmt hinaus. Von draußen sieht das Ufer

ganz anders aus. Der Strandreiniger tourt hin und her, säubert den Strand, bis der abfallleer. Die Strandkörbe stehen etwas verbittert, weil noch vergittert. Morgens gegen sieben schwimmt man zurück. Ganz egal, ob es sonnt oder regnet, jedesmal ist mir das Glück begegnet.

Das ist ein weiterer wichtiger Grund, nach Graal-Müritz zu kommen: Gedichte. Wo gibt es noch jeden Mittwoch um zehn Gedichte an der Lyrikbuche zu hören? Nirgends. Da sitze ich im Stuhlkreis mit den anderen Lyrikliehabern und -liebhaberinnen. Es wird gelesen (Selbstgeschriebenes und Texte von be-

kannten und weniger bekannten Dichtern), und nach jedem Gedicht wird applaudiert. Bin ich in Graal-Müritz, sitze ich jeden Mittwoch dort, lese vor, höre zu. Und diese Lyriklesungen haben mich angeregt, selbst wieder viel mehr Gedichte zu schreiben.

Es ist sogar ein Buch geworden. Das heißt „Silbergrau-blau“ – ein Strandbuch“, gefüllt mit wunderbaren Bildern von Anke Fabian aus Neustrelitz und den doch recht unterhaltsamen Texten von mir.

Erschienen ist das Buch in einem mecklenburg-vorpommernschen Verlag, gehört sich so, dem Demmler-Verlag. Nicht jede oder jeder Vorlesende an der Lyrikbuche hat eine tragende Stimme. Man muss schon aufmerksam lauschen. Manchmal ist das gar nicht so leicht.

Fußlose Lyrik

Der Rasenmähermann wirft den Rasenmäher an. Er schneidet Straßen in den Rasen.

Auf der Wiese im Park ist man ganz Ohr: Jemand liest Lyrik vor. Aber der Rasenmähermann lenkt den Rasenmäher heran. Er kommt immer näher – Schrapp-schrapp-schrapp!! – und schneidet den Versen die Fersen ab.

Aber am nächsten ist es wieder ganz anders schön. Und wenn ich wieder zurückfahre nach Erfurt, freue ich mich schon auf den kommenden Sommer. Wo? Na, wo schon? In Graal-Müritz.

Ulf Annel – Urlauber und Kabarettist (Kabarett „Die Arche“ in Erfurt, direkt am Domplatz)

Uns plattdütsch Eck

Leiw Läser, leiw Gäst, leiw plattdütsch Frünn'

Corona! Corona! Un wat nu?

Dor is oewer wat up uns kamen, un dat nich blotsens up MV, up Dütschland ne, alloewerall up unsen Planeten! Dat lett würlklich, as wenn dei Natur ein Pietsch ruthalt hett.

Wurväle Dode, Kranke, wurväl is all inn' Dutten gahn, wurväl Leed, hett disse Virus all bröcht un deit dat ümmer un ümmer noch. Kein End is aftauseihn von disse Plag, von Corona. Wie kann so ein verdeubelte Virus „Corona“, up Dütsch je „Krone“ heiten! Dor kümmt einen dei Grüwelie an, nich blot oewer denn' Namen, (hei wart ok Covid 19 nennt), mihr oewer dat, wat wi gägenstüern koenen. Koenen wi dat denn? Wi koenen!

All ümmer, siet Minschengedenken, ok in schräben Schrift is dat künnig makt worden. Dei Minschen rappeln sick up, ümmer wedder, un ümmer wedder... Un bi all Schrecken un Grugen finnen sei ein Hollfast bi Frünn', Nawern un sünd orrer warden dat ok för anner Lüe. Sei hebben dei Kraasch, Trost tau gäben. So as mierden in denn' schlimmen Dörtigjöhriigen Krieg (1618-1648) Simon Dach för siene Leiwste dicht hett.

„Anke von Tharau

Anke von Tharau ös, dee mi gefällt.

Se is mien Lewen, mien Got un mien Göld.

Anke von Tharau hefft wedder ehr Hart

bie mi geröchtet än Löw' on än Schmart. ..

Quäm allet Wedder gliek ön uns to schlahn, wie sien gesönnt, bienander to stahn.

Krankheit, Verfolgung, Bedröwnös un Pien sall unsrer Löwe Vernöttinge sien...“¹⁾

Un wat is hüt? Wurväle niege Musik, plietsche Gedanken, sogor Patente sünd to Gehür un tau Popier bröcht worden. Mihr as süß willen dei Lüe sick unnerhollen, dei Telefone lopen sick rein heit, dat Internet kann't nich vörkamen. Breif warden verschickt, Bläumings verschenkt, ok grot Strüz.

„Ich habe meine Kinder jetzt, wo ich lange Zeit zu Hause bleiben mußte, richtig kennengelernt“, säd mi nülichs eine junge Fru.

Dei Familien bruken ehren Hierd würlklich mal för dei Kakerie, nich blot, üm wat tau warmen.

Läst ward ok mihr as sünst... .

Wat ick wiesworden bün: Väl, väl iehrenamtliches Daun!

Un ok dat: Dei Medien nähmen Notiz dorvon, minnst dei NDR, dat Nordmagazin MV.

Liekers bliwt dei bannig grote Sorg üm uns Wirtschaft, denn sei is je dat Fundament för uns: Dat Fohrwat för uns Schipp Dütschland un klor ok för Bundesland MV möt frihollen warden. Dei Politiker as dei Stüerlue möten wiesen, dat sei anschlägisch Köpp hebben, denn dor giwt nix nich an Rezepten. Wat seggt Fritz Meier-Scharffenberg: „Räden koenen wi all, man Daun is ein Wurt.“

För uns all gelt: Tausamenstahn un Rägeln inhollen. Ok wenn Einzeltes nich so paßlich is, taun Bispill dat Maskendrägen un dat bi disse Hitt!

Un so, hoff ick, gloew ick, wi koenen disse Tiet oewerstahn un ok för dei Taukunft mitnahmen wat Simon Dach för sien Anke schräben hett, in dat öllste dütsche Leiwsteed, wenn wi Tausamenstahn!

Leiw Läser, leiw Gäst, leiw plattdütsch Frünn', noch mihr as vordäm gelt mien Gruß för Juch „Hollt Juch fuchtig!“

Juch *Anna-Margarete Zehrenke*

¹⁾ Dat du mien Leewsten büst, Heike Müns, Hinstorff Rostock, Seite 20, ISBN 3-356-00077-2

Unser Ausflugs-Tipp

Forst- und Köhlerhof Wiethagen



Der Forst- und Köhlerhof Wiethagen ist ein Freilandmuseum, in dem die Geschichte der Herstellung von Holzkohle, Holzteer und Terpentin mit Hilfe von Köhlern gezeigt wird.

Das Köhlerhaus sowie die beiden noch vorhandenen Teeröfen wurden 1984 zu einem Technischen Denkmal erklärt. Bei dem kleineren, noch funktionstüchtigen Ofen, handelt es sich um das letzte Exemplar seiner Art in Europa.

Von Graal-Müritz aus führt ein wunderschöner Radweg durch die Rostocker Heide bis zum Eingang des Forst- und Köhlerhofs (ca. 13 km).

Bei einem Besuch des Hofes erfahren Sie alles über das alte Handwerk der Holzverschwelung. Im ehemaligen Viehstall ist eine Dauerausstellung eingerichtet, die über das Leben der Köhler berichtet, über die Geschichte der Teerschwelerei, die Verwendung von Holzkohle und Holzteer sowie über die Forstwirtschaft in der Rostocker Heide.

Auf dem Außengelände existiert ein Miniatur-Modellpfad, der insgesamt dreizehn verschiedene Holzschwelungsanlagen aus Europa zeigt. Seit 2003 wird er durch einen Skulpturenpfad ergänzt, der Reliefs aus der Märchenwelt der Rostocker Heide zeigt, z.B. den Ritter der Rostocker Heide Dietrich von Lünenburg, die Bernsteinhexe oder den Gälknöker, einen gelbknochigen Heidegeist.



Ein 1,4 km langer Forst- und Naturlehrpfad führt als Radwanderweg durch die Rostocker Heide und erläutert auf 25 Stationen die heimische Flora und Fauna.

Für Eltern und Kinder ist der Forst- und Köhlerhof ein interessantes und lehrreiches Ausflugsziel mitten in herrlicher Natur!

Tourismus- und Kur GmbH
Graal-Müritz

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.

Zentraler Notruf deutschlandweit 116 117

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 - 8798 381; Email: lindgreenkatja@aol.com

Vorwahl Graal-Müritz: 038206

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

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

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

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

Heimatemuseum / 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 Eucharistiefeier 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: 4.000 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 **01.10.2020.**
Abgabetermin für redaktionelle Beiträge und Anzeigen ist der **15.09.2020.**

+++ Ratgeber Dr. Koch +++

Menopause der Frau

Der Körper der Frau setzt mit dem Ausbleiben der Monatsblutung ein deutliches Zeichen, dass nun die zweite Hälfte des Lebens beginnt. Mit dem Absinken weiblicher Sexualhormone im Blut gehen einige körperliche Veränderungen einher, die bei vielen Frauen zu Beschwerden führen. Bei etwa einem Drittel der Frauen sind die typischen Wechseljahrsymptome stark ausgeprägt, bei einem Drittel nur leicht und die restlichen Frauen leiden gar nicht unter der hormonellen Veränderung. Bei vielen Frauen dauern die Beschwerden nur wenige Jahre an, etwa 10 Prozent der Frauen leiden jedoch auch nach mehr als zehn Jahren noch an deutlichen Symptomen. Das Klimakterium oder die Menopause mit all den bekannten Symptomen ist noch immer ein Tabuthema für viele Menschen. Von den Wechseljahren der Frauen über 50 wird nicht viel und öffentlich geredet.

Während man über Pubertät, Empfängnis und Schwangerschaft umfangreich und immer wieder spricht, finden Diskussionen über die Wechseljahre im öffentlichen und privaten Leben nicht ausreichend statt. Doch das Klimakterium ist ein ganz normaler Vorgang im Leben einer Frau.

Die Bezeichnung wird aus dem Griechischen von „klimakter“ = „kritischer Punkt im menschlichen Leben“ hergeleitet. Wir sprechen heute von Klimakterium oder von den Wechseljahren und meinen damit die körperlichen Erscheinungsbilder,

mit denen sich heutzutage Frauen in ihrer Lebensmitte auseinandersetzen müssen.

Die natürliche Menopause tritt gewöhnlich zwischen dem 45. und 60. Lebensjahr ein. Frauen erleben die Menopause durchschnittlich im Alter von 51 bis 52 Jahren, jedoch wird etwa ein Prozent der Frauen bereits im Alter unter 40 Jahren davon überrascht, eine von tausend Frauen sogar unter 30 Jahren. Bei mageren Frauen, Unterernährung und starker Rauchgewohnheit seit vielen Jahren kann sie früher auftreten. Regelmäßiger Alkoholkonsum verzögert durch eine Erhöhung des Östrogenspiegels das Auftreten der Menopause.

Zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr jeder Frau ist der Vorrat an Eizellen aufgebraucht. Zu Beginn ihres Lebens trägt jede Frau etwa 500 000 Eizellen in sich, die über die Jahre hinweg kontinuierlich heranreifen und ohne Befruchtung jeden Monat abgebaut werden. Vor den Wechseljahren sorgt ein von Hormonen gesteuerter Zyklus dafür, dass die Eizellen regelmäßig reifen können. Wenn es immer weniger Zellen gibt, stoppt der Körper auch die Hormonproduktion der weiblichen Hormone Östrogen und Gestagen.

In der Zeit zwischen dem 48. und 52. Lebensjahr erlebt jede Frau unter normalen Alterungsbedingungen ihre letzte Regelblutung. Dies ist der Zeitpunkt der sogenannten Menopause.

Die Folgen des Klimakteriums können Bluthochdruck, Arthrose und Osteoporose sein. Der

Bluthochdruck wiederum kann verantwortlich für Ein- und Durchschlafstörungen sein.

Auch die Osteoporose wird zu einer charakteristischen Östrogenmangelerkrankung.

Viele Frauen klagen über chronische Schmerzen nicht nur am Bewegungsapparat – oft überall im Körper. Bei einem Teil der Frauen steigert sich die Funktion der Schilddrüse und der Nebennierenrinde.

Es verändert sich auch die Sexualität. Bei vielen Frauen bringen die Wechseljahre andere sexuelle Bedürfnisse mit sich. Wie die Veränderungen aussehen, ist individuell sehr unterschiedlich. Es gibt Frauen, bei denen nehmen sexuelles Interesse und Erregbarkeit ab, ein anderer Teil dagegen verspürt eine Steigerung der Lust.

Deshalb glauben Forscher, dass die hormonelle Umstellung nicht allein die Ursache sein kann. Vielmehr dürften eine Reihe von sozialen und psychischen Faktoren dafür mitverantwortlich sein. Ein Grund könnte sein, ob sich die Frauen noch so attraktiv und begehrenswert fühlen wie früher oder nicht.

Gegen die meisten Wechseljahresbeschwerden kann eine Hormontherapie helfen, vor allem gegen die vegetativen Beschwerden wie Hitzewallungen und Schweißausbrüche. Aber: Die Einnahme von Hormonen führt zu gravierenden Nebenwirkungen. Das Risiko für Brustkrebs und Schlaganfälle ist erhöht. Wenn die Hormonbehandlung spät einsetzt, verstärkt sich die Gefahr eines Herzinfarktes.

Auch die Gefahr für Thrombosen ist gesteigert. Dagegen waren allerdings die Risiken für eine Osteoporose gemindert. Aufgrund von Risiken der Hormontherapie wurde seit langer Zeit nach anderen, insbesondere medikamentösen Alternativen, gesucht. Man fand sie besonders in Präparaten pflanzlichen Ursprungs. Es gibt zahlreiche Untersuchungen zur Behandlung des klimakterischen Syndroms mit Phytoöstrogenen, die man in verschiedenen Pflanzen nachweisen konnte.

Viele Frauen möchten zunächst eine Therapie mit diesen pflanzlichen Heilstoffen. Bei Frauen mit starken Wechseljahresbeschwerden sind sie jedoch nicht zu empfehlen. Auch bei Pflanzenhormonen gilt: Soviel wie nötig und so wenig und kurz wie möglich!

Traubensilberkerze, Mönchspfeffer, Johanniskraut, Rotklee, Soja, aber auch Salbei, Baldrian und Hopfen haben sehr gute spezielle Wirkungen. Diese alternativmedizinischen Präparate entfalten eine optimale Wirkung auf dem Boden eines gesundheitsbewussten Lebensstils.

Entscheidende Grundlagen für das seelische und körperliche Wohlbefinden sind eine vielseitige, vollwertige Ernährung, regelmäßige Bewegung und eine bewusste Stressbewältigung. Sie sollten bereits lange vor den Wechseljahren im Zentrum einer bewussten Lebensführung stehen.

Dr. med. Lutz Koch

alles frisch



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



Gesundheit | Sport | Wellness
im Ostseeheilbad Graal-Müritz



Aktuelle
Öffnungszeiten und
besondere Hinweise:
www.aquadrom.net

Bei jedem Wetter zu jeder Jahreszeit

Erholung · Fitness · Genuss

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





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



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

ZWISCHEN WALD & WELLEN

RESTAURANT ORANGERIE
Montag: **MECKLENBURGER GRILLBUFFET**
Mittwoch: **SPANISCHES BUFFET** oder
FRANZÖSISCHES BUFFET
wöchentlich wechselnd
Freitag: **FISCHBUFFET**
Samstag: **ITALIENISCHES BUFFET**
täglich ab 18.00 Uhr Buffet, 32,- € p. P.

KAMINBAR
PIANOABEND Mittwoch und Freitag ab 20.00 Uhr
täglich ab 20.00 Uhr geöffnet

IFA STRANDBAR DÜNE 26
Snacks, Kuchen, Eis, Cocktails u. v. m.
ab 11.00 Uhr geöffnet, Mittwoch Ruhetag

**Gesichtsbehandlung -
Luxus, der unter die Haut geht**
Genießen Sie eine Zeit unvergleichlicher
Entspannung und freuen sich auf überraschende
Ergebnisse, hochwirksamer Inhaltsstoffe unserer
Luxuspflge.
Ihre Haut wird mit hochkonzentrierten Wirkstoffen
durchflutet und ein Optimum an Ausstrahlung
hervorzubereiten.
ca. 90 min 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

Graal-Müritz das Ostseeheilbad mit Tradition - 140 Jahre Kinder- und Jugendrehabilitation

Schon viele Jahrzehnte vor der staatlichen Anerkennung als Seeheilbad nutzte man im Ort das besondere bioklimatische Zusammenspiel von Meer, Sonne, Strand, Moor und Wald für erste Kinderkuren.

Der 1. Juli 1880 steht für den Beginn der Kinderkuren, damals reisten vier kranke Kinder für einen Monat zur Heilbehandlung in das Mecklenburger Dorf (Groß) Müritz in das Hotel „Anastasia“. Zu verdanken ist dieser zukunftsweisende Umstand dem ärztlichen Begründer und Mentor der heiltherapeutischen Kinderheilstätten an der Ostseeküste Dr. C. v. Mettenheimer, Geheimer Medizinalrat und Leibarzt des Großherzogs Friedrich Franz II..

Er trieb den Bau der Heilstätte mit dem Namen „Friedrich-Franz-Hospiz“ voran und so wurde 1884 das „Mädchenhaus“, in den Jahren 1886-1888 das „Knabenhaus“, sowie ein „Wirtschaftshaus“ und 1905 ein „Badehaus“ mit Seewasserleitung für Ostseewasser errichtet.

Die Weiterentwicklung vom „Friedrich-Franz-Hospiz“ bis zur heutigen Kinderklinik „Tannenhof“ ist eine lange, oft schwierige wechselhafte Geschichte geprägt



Kinderheilstätte „Friedrich-Franz-Hospiz“



durch große gesellschaftliche Umbrüche, dem 1. und 2. Weltkrieg und den vier Jahrzehnten DDR-Geschichte. In all diesen Epochen blieb jedoch die Einrichtung immer dem „Dienst am Kind“ verpflichtet. 1959 wurde das „Kindersanatorium Tannenhof“

dem „Kliniksankatorium Richard Abmann“ angeschlossen, welches seit 1991 als „AKG Reha-Zentrum“ fortgeführt wird.



Kinderklinik „Tannenhof“ heute



Seit 1997 werden in der neuerrichteten „AKG Kinderklinik Tannenhof“ Präventions- und Rehabilitationsmaßnahmen für Kinder und Jugendliche, die auch in Begleitung ihrer Eltern und Geschwister kommen können, durchgeführt. Therapiert werden Atemwegser-

krankungen und Hauterkrankungen, die „Adipositas“ mit ihren Folgeerkrankungen und sozialmedizinischen Auswirkungen. Auf Grundlage des speziellen Heilklimas des Seeheilbades Graal-Müritz und dem heutigen rehawissenschaftlichen Erkenntnisstand lindern wir im Frühstadium viele Krankheiten unserer kleinen und größeren Patienten und versuchen den Gesundheitszustand nachhaltig zu sichern.

Wir gratulieren zu 60 Jahren „Seeheilbad Graal-Müritz“ und blicken zeitgleich mit Stolz auf eine 140-jährige Tradition der Kinder- und Jugendrehabilitation in Deutschland zurück

AKG REHA-ZENTRUM
IM OSTSEEHEILBAD GRAAL-MÜRITZ

KINDERKLINIK Tannenhof
MUTTER-KIND-KLINIK
Schwarzheide

FACHKLINIKEN
für Orthopädie, Kardiologie,
Atemwegserkrankungen und Allergien

Informationen und Kontakt:
www.akg-rehazentrum.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 **Ostseekisten-Radwanderweg**. Steigen Sie ein - ob einfache Fahrt oder hin und zurück - machen Sie eine Pause bei uns an Bord.



Liebe Fahrgäste, ob frangrischer 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

© grafika Design
 Ihre Werbeagentur aus Rostock.

Kranichrast bi uns tu hus ⁷ ein einmaliges Erlebnis

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

Ablauf:

Mo. + Mi. + Sa.

12.Sep. bis 24.Okt.

Dauer: ca. 5 Stunden



die Schönheit der Kraniche

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

Ferngläser sind an Bord!

Einstiegsmöglichkeiten:

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

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



Ambiente 19
*Immer etwas
 Besonders*

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 14.00-18.00 Uhr



KUR-APOTHEKE



Wir stehen Ihnen gern mit Rat und Tat zur Verfügung!

Katharina Richter | Kurstraße 18 | 18181 Graal-Müritz
 Tel: 038206 | 7 81 02 | Fax: 038206 | 7 73 27 | Mail: kurapograal@web.de

0174-8530842



www.bernsteinreiter.de

täglich **PONYREITEN /
 PONYKÜTSCHFAHRTEN**
 ohne Anmeldung!



**Ausritte zur Ostsee, Reitunter-
 richt 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



DAS **GOLD DES NORDENS**

Natur- und Kulturgeschichte des Baltischen Bernsteins
in bedeutenden Exponaten

Spektakuläre Strandfunde

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

Europas schönste Bernstein-Ausstellung

Bernstein aus aller Welt

Farben, Formen, Herkunft und Entstehung

Lagerstätten und Gewinnung

Magische Amulette steinzeitlicher Jäger

Griechische und römische Preziosen

Mittelalterliche Bernsteinschnitzereien

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

Königsberger Bernsteinkunst des 20. Jahrhunderts

Moderne Bernsteinarbeiten der Gegenwart

DAME VON WELT – ABER AUCH NONNE

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

Mittelalterliche Holzplastik
des 14. bis
16. Jahrhunderts

Beeindruckende
Grabmonumente
des 16. Jahrhunderts

Einmalige Zeugnisse
der Mecklenburgischen
Adelsgeschichte



WALTER KRAMER RIBNITZ UND SEIN FISCHLANDSCHMUCK

eine Ausstellung über die
Ribnitzer Erfolgsgeschichte
des mit Meeresmotiven
umrundeten Bernsteins –
mit einem Ausblick
auf das Nachfolgende in
Ribnitz und Travemünde

BIS 29. NOVEMBER 2020



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
Markgrafenheide	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	Markgrafenheide	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



BERNSTEIN-SCHAUMANUFAKTUR Ein Erlebnis für Groß und Klein

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

Ihr Ostsee-Schmuck Team



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

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



Wir gratulieren unserem Ostseeheilbad Graal-Müritz!



In diesem Jahr feiern auch wir, die onkologische Rehaklinik Graal-Müritz – und zwar unser 25-jähriges Jubiläum.

Am 2. Mai 1995 eröffnete das Haus, welches mit den Stärken der wunderschönen Landschaft und dem ganzheitlich medizinischen Therapieansatz eine Erfolgsgeschichte in der Rehabilitation von an Krebs erkrankten Menschen schreibt.

Die heilsame Wirkung des Klimas und die beruhigende Natur wird aktiv in die tägliche Arbeit der Ärzte und Therapeuten mit einbezogen.

Diese Aspekte sind wichtig für die Erholung und Genesung und werden von unseren Patienten geschätzt.

Frau Dr. med. Heike Fritsche-Huth, ärztliche Direktorin der Klinik Graal-Müritz, liegen Krebspatienten ganz besonders am Herzen. Eine Aufgabe, der sie sich seit Eröffnung der Klinik mit voller Hingabe widmet und von deren Erfahrung die Patienten bis heute profitieren.

Leider konnten wir noch nicht persönlich mit unserem Team, Nachbarn, Partnern und Freunden feiern, möchten aber diesen Weg nutzen, um uns für die langjährige Zusammenarbeit und Treue zu bedanken.

Ganz besonders herzlich danken wir unseren Mitarbeitern für den stetigen Einsatz und die langjährige Unterstützung. Fachliche Kompetenz, gepaart mit Hilfsbereitschaft, Flexibilität und Freundlichkeit geprägt durch die Atmosphäre eines Familienunternehmens, ist der Schlüssel unseres Erfolgs.

Um unsere Freude über das Jubiläum weiterzugeben, spendete die Klinik für die Kinderkrebsstation der Uni-Klinik Rostock zum Wohle der kleinen Patienten einen Betrag in Höhe von 5.000 Euro.



*erfrischend
gesund*

Service- und Dienstleistungen rund um das Thema Gesundheit.

Wir beraten, helfen und informieren gerne und sind auch per WhatsApp für Sie da.



Mehr erfahren Sie in unserer Apotheke!

Ellen Bencard & Team

Ostsee-Apotheke
Kastanienallee 9
18181 Graal-Müritz
Telefon: 038206 / 7 94 77
Fax: 038206 / 7 88 77
ostseeapotheke@t-online.de
ostsee-apotheke-graal-mueritz.de



Ausgefallener Silber- & maritimer Schmuck

Zur Seebrücke 9, 18181 Graal-Müritz
Tel. 038206 - 798 96
Montag - Samstag 10:00 - 18:00 Uhr



NICHT VON DER STANGE

Wir gestalten... das visuelle Erscheinungsbild von Unternehmen
Wir entwickeln... Programme für Firmenfeiern, Incentives, Veranstaltungen

Wir organisieren... Events, Kongresse, Messen bundesweit
Wir begleiten... u.a. das Seeheilbad Graal-Müritz mit der Gestaltung des „Windflüchter“ seit über 20 Jahren www.kwagentur.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
FERIENWOHNUNGEN

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

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

Erleben Sie die Lagunen der Ostsee



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

MS "Boddenkieker" 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



PESCADO
Restaurant - Café - Bar

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.

Hanseatisch | Saisonal | Mediterran

Erleben Sie eine klassische regionale Küche im Zusammenspiel mit mediterranen Einflüssen – immer frisch und mit Liebe zum Handwerk.

*** Unsere Klassiker ***

Graaler Fischtopf

Gebratenes Dorschfilet
Senfkohl | Kartoffelstampf

Wiener Schnitzel
warmer Kartoffelsalat | Preiselbeeren

Gebratene Ostseescholle
Bratkartoffeln | kleiner Salat

Kinderkarte mit frischen Zutaten, hausgemachte Waffeln & regionales Eis.

Öffnungszeiten:

Mo, Di & Do: ab 16:00 | Mi: Ruhetag | Fr: ab 14:00 | Sa & So: ab 12:00

Änderungen vorbehalten. Aktuelle Öffnungszeiten und die gesamte Speisekarte finden Sie auf unserer Homepage.



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

Graal-Müritz

Neubau

einer Ferien- und
Hotelappartement-
anlage mit
Wellnessbereich,
Hotelrestaurant,
Tiefgarage und
Gewerbezeile.
In Haus 1
wurden bereits
alle 36 Wohnungen/
Appartements
verkauft.

Wohnfläche: 31,2 m² bis 69,5 m²
Verkaufspreise: HAUS 2 1-Raum-App.: ab 170.000,- €
2-Raum-App.: ab 212.000,- €
3-Raum-App.: ab 298.000,- €

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

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

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

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.