



SCHWERIN *live*

Das Monatsinfomagazin für die Landeshauptstadt Schwerin

April 2020
13. Jahrgang · Ausgabe 139
www.schwerin.live



MV HÄLT ZUSAMMEN

Gesichtsmasken
helfen schützen

SPRACHE & KUNST
Dorothea Walz lehrt Italienisch
und kreiert abstrakte Bilder **18**

VILLA MIT HISTORIE
Im Haus des Rentners Albrecht
hat heute der NDR Büros **28**

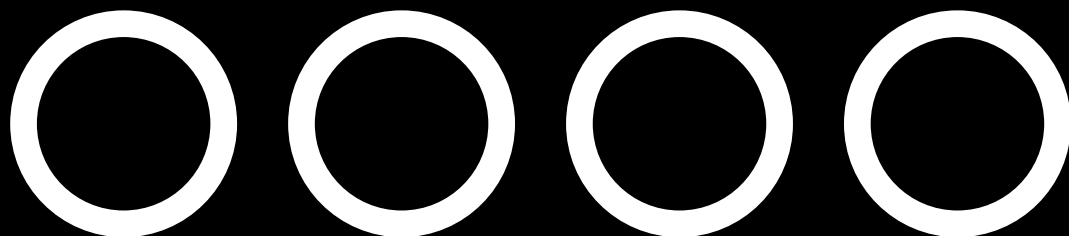
MIT

DOC
aktuell
GESUNDHEIT IST UNSER THEMA

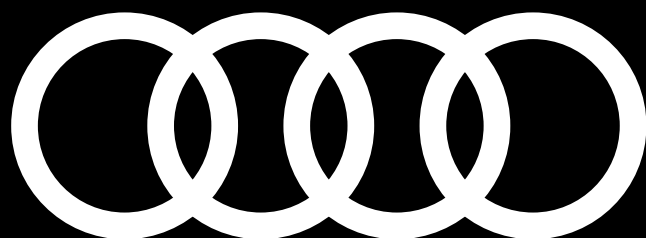
Was ist los?
Seiten 22-25



Abstand halten.



Zusammen halten.



Wir alle sehen uns einer Ausnahmesituation von bislang ungekanntem Ausmaß gegenüber. **Allerdings steht fest, dass wir diese Situation am besten gemeinsam meistern werden!**

#mvhältzusammen



Daher unterstützen wir Sie in Service und Verkauf:

- kontaktlose Service-Annahme
- kostenloser Hol- und Bringservice inkl. einer Flasche Desinfektionsmittel gratis
- Verkaufsberatung vor Ort (mit Abstand) oder online bzw. telefonisch

Audi Zentrum Schwerin

Gebr. Ahnefeld GmbH & Co. KG
Hagenower Chaussee 1b, 19061 Schwerin
Tel.: 03 85 / 6 46 00-64
info@audizentrum-schwerin.de, www.audizentrum-schwerin.de

Foto: Sozialministerium MV



Liebe Leserinnen und Leser,

wir befinden uns bereits im zweiten Monat der schwerwiegenden Eingriffe in unseren normalen Alltag: Infizierungszahlen und Quarantäne-Maßnahmen gehören plötzlich zu den regulären Meldungen des Tages.

Seit Wochen sind diejenigen gefordert, die die bestehenden notwendigen und systemrelevanten Aufgaben für alle anderen Menschen am Laufen halten. Es sind die Pflegerinnen und Pfleger, die Ärztinnen und Ärzte, die Verkäuferinnen und Verkäufer, die Erzieherinnen und Erzieher, Polizistinnen und Polizisten und die vielen Beschäftigten

bei Post, Logistik oder Ver- und Entsorgung, die täglich für das Funktionieren des Alltags sorgen. Ihnen allen gilt mein herzlicher Dank. Sie leisten Herausragendes. Aber auch die Bürgerinnen und Bürger, die zuhause bleiben, die Kontaktverbote und Hygienegebote einhalten, helfen dabei mit, dass sich das Corona-Virus nur sehr langsam verbreiten kann.

HERZLICHEN DANK!

Die aktuellen Zahlen zeigen, dass wir mit dieser Disziplin erfolgreich waren. Wir haben in MV deutschlandweit die niedrigsten Zahlen an Neuanssteckungen. Ich danke Ihnen allen für diesen mutmachenden Zwischenerfolg. Schrittweise werden wir nun in unserem Land Lockerungen umsetzen. Dazu gehört, dass ab dem 27. April Schülerinnen und Schüler der Abschlussklassen wieder die Schulbank drücken dürfen und dass die Kita-Notfallbetreuung um weitere Berufs- und Bedarfsgruppen erweitert wird. Leider ist eine komplette Aufhebung der Maßnahmen noch längere Zeit nicht in Sicht. Deshalb wünsche ich mir, dass die Solidarität und Mitmenschlichkeit, die Sie alle an den Tag legen, bewahrt bleibt. Seien Sie weiter so kreativ dabei – mit Nachbarschaftshilfen, Online-Unterstützungen für die heimische Wirtschaft, Tipps und Tricks via Social Media für gestresste Eltern und gegen Langeweile bei Kindern und Jugendlichen. Gemeinsam kommen wir da durch.

#mvhältzusammen

Ihre Stefanie Drese, Ministerin für Soziales, Integration und Gleichstellung

Die aktuellen Zahlen zeigen, dass wir mit dieser Disziplin erfolgreich waren. Wir haben in MV deutschlandweit die niedrigsten Zahlen an Neuanssteckungen. Ich danke Ihnen

DIE THEMEN

- 4-5** Titelthema
- 6-7** Stadtnachrichten
- 8** Compromis
- 9-16** Doc aktuell
- 17** Arbeiten und leben
- 18** Porträt Dorothea Walz
- 19** Schlösser und Gärten



18 Porträt Dorothea Walz

- 20-21** Marienplatz-Galerie
- 22-25** Was ist los?
- 26** Veranstaltungen
- 27** Autorin Anna Hasenfuss
- 28** Hinter Schweriner Fassaden
- 29** Gartenparadies
- 30** Wohnen in Wickendorf
- 31** Schwerin sucht Talente
- 32-33** Schwerin hält zusammen



28 Hinter Schweriner Fassaden

- 34** Bauen und Wohnen
- 35** Immobilien
- 36-37** Stadtgespräch
- 38** Rätsel und Impressum
- 39** Modehaus MICI
- 40** Autohaus Ahnefeld

AUS LIEBE ZUM SPORT

AB SOFORT: wieder für Euch da – das größte Sportangebot der Region

INTERSPORT
ROSSOW

SCHLOSSPARK-CENTER
Sport Rossow GmbH · Marienplatz 5-6 · 19053 Schwerin
www.intersport-rossow.de



#mvhältzusammen



Pauline und Victoria haben die schönen neuen Masken mit dem Herz und dem Hashtag #mvhältzusammen

MV HÄLT ZUSAMMEN – GEMEINSAM GEGEN DEN CORONAVIRUS

Gesichtsmasken können helfen, Ansteckungen zu vermeiden

Wer dieser Tage eine Maske trägt, zeigt damit, dass er Rücksicht auf seine Mitmenschen nimmt. Denn der Coronavirus wird vor allem über Husten, Niesen und generell Tröpfchen aus dem Nasen-/Rachenraum übertragen. Das Tragen der Masken wurde von der Landesregierung Mecklenburg-Vorpommerns jetzt auch dringend empfohlen. Im öffentlichen Personenahverkehr sind sie ab 27. April sogar Pflicht. Und woher bekommt man solch eine Gesichtsmaske?

Auch in unserer Region haben sich viele Privatleute, aber auch Textilerhersteller, ein Herz gefasst, sich an die Nähmaschine gesetzt oder die Produktion zumindest teilweise umgestellt.

So fertigt zum Beispiel die Schneiderei des Mecklenburgischen Staatstheaters bereits seit Mitte März Masken aus kochfestem Baumwollstoff. Die Gesichtsbedeckungen werden von vier Schneide-

rinnen im Akkord aus Nessel gefertigt – einem sehr strapazierfähigen Baumwollstoff, der auch nach einer Wäsche bei 90 Grad wiederverwendbar ist.

Franziska Cengiz aus Grevesmühlen bietet in ihrem Geschäft „Weiße Träume“ eigentlich wundervolle Brautkleider an. Aufgrund der Krise entschied auch sie sich dazu, Masken herzustellen. Die Nachfrage, sagt sie, sei ständig gestiegen. Zwei Beispiele unterschiedlicher Art, aber mit demselben Ziel: zu helfen, die Ansteckungsgefahr zu verringern. Inzwischen beteiligen sich viele Menschen auch aus Westmecklenburg daran.

Die Mund- und Nasenbedeckungen gibt es in vielen Designs – von Weiß und schlichten Naturtönen bis zu bunten Mustern. So kann jeder sogar mit einer Maske seine Individualität zum Ausdruck bringen. Wer über mehrere Masken in unterschiedlichen Farben

verfügt, hat dabei die Möglichkeit, jeweils einen zum Outfit passende Mund- und Nasenschutz auszuwählen. Auch individuell – zum Beispiel nach einer Kinderzeichnung oder einem Foto – können Stoffe bedruckt werden.

Generell ist es ratsam, sich mindestens zwei Masken zu besorgen, da sie regelmäßig gewaschen müssen. Dies bei 60 Grad oder besser sogar 90 Grad, um Virenreste sicher unschädlich zu machen, aber auch generell der Hygiene wegen. Das bedeutet dann, dass der verwendete Stoff überhaupt solche Waschttemperaturen verträgt. Darauf ist also vor dem Kauf einer Maske zu achten – zumindest dann, wenn man sie mehr als einmal tragen möchte. Weiteres Qualitätskriterium wäre ein eingenähter feiner Draht im oberen Saum, damit sich die Maske besser um die Nase legt. Zur Befestigung der Maske können knotbare Bänder ebenso dienen wie Gummi-

bänder. Beide Varianten haben ihre Vor- und Nachteile. Mit den Gummibändern lässt sich die Gesichtsbedeckung schneller anlegen, dafür besteht hier im Gegensatz zu den Knotenbändern die Gefahr, dass sie sich so weit dehnen („ausleiern“), dass die Maske nicht mehr fest genug sitzt.

Und noch ein wichtiger Rat für Anbieter der Masken: Aus rechtlichen Gründen dürfen sie keinesfalls als „Schutz“ bezeichnet werden. Darauf weist die IHK zu Schwerin hin. Statt die Produkte also zum Beispiel Mundschutzmasken oder Atemschutzmasken zu nennen, könnten sie laut IHK Namen tragen wie Gesichtsmaske, Mund-Shirt, Nasenstoff, Mundbedeckung, Mund- und Nasen-Maske oder Behelfsmaske.

Eine kleine Liste von Maskenanbietern in unserer Region haben wir für unsere Leser hier zusammengestellt. ■



schon mal ausprobiert. Bei büro v.i.p. gibt's die Masken zu kaufen.

Foto: S. Krieg

HIER GIBT ES MASKEN ZU KAUFEN

Besonders schöne Gesichtsbedeckungen bei büro v.i.p. / viele weitere Anbieter in der Region

Schöne Mund-Nasen-Masken, zum Beispiel mit aufgedruckten Herzen und dem passenden Hashtag #mvhältzusammen, können Sie bei büro v.i.p. bestellen. Oder Sie suchen für Ihr Team, die Schulkasse oder die Familie ein individuelles Motiv? Auch das ist möglich. Melden Sie sich einfach unter gutentag@buero-vip.de bei uns. Hier eine Auswahl an Anbietern der hilfreichen Gesichtsbedeckungen.

LISA BAUER

Schwerin-Weststadt
Lisa.Bauer88@icloud.com

MONIKA BECKHAUS

Lange Straße 4,
19230 Hagenow
03883/722163

KERSTIN BOLLOW

Am Torfmoor 1,
19288 Kummer
038751/33051

FRANZISKA CENGIZ

„Weiße Träume“
info@weissetraeume.de
www.weissetraeume.de
03881/7585176

SIBYLLE KESSLER

Fritz-Reuter-Straße 9,
19386 Lübz
038731/25404

GENOVEVA RIEGER

Hutsalon Rieger
0385/562414

DIANA LENZKY

Am Berg 18,
19079 Sukow
03861/529767
d.lenzky@gmx.de

RENATE NEUWIRTH

Poststraße 5,
19205 Drieburg
038871/56934
INES PLATH
23948 Damshagen,
OT Rolofshagen
ines.plath@tateandlyle.com

KATRIN STAAK

Dat Stoffhühnchen
0173/3622254

SILKE PLOG

Dorfstraße 7,
23970 Hornstorf
OT Kritzwow
03841/288886
plog-silke@t-online.de

MARTINA SAMULEWITZ

Breite Straße 5,
23966 Wismar
03841/282940
renateneuwirth@aol.com

JANA SCHÄTZ-RIPPOLZ

Franz-Mehring-Straße 32,
19053 Schwerin
0385/5813379

JOHANNA SCHICKERT

Dorfstraße 10,
19395 Ganzlin OT Wangelin
01520/7093996

BETTINA SCHWARZ

Wachtelweg 11,
19057 Schwerin
0151/46413870

ELENA LAI

Platz der Freiheit 14, 19053 Schwerin
0176/34689218

GERHARD STOLL

Mecklenburging 16,
19406 Sternberg
03847/312604 oder 0178/1403274
stoll-raumausstattung@web.de

WEIDNER PELZE & LEDER SCHWERIN

Grüne Straße 1, 19055 Schwerin
0385/5932978
info@weidner-pelze.de

BÜRO V.I.P.

Wismarsche Straße 170
19053 Schwerin
0385/6383270
gutentag@buero-vip.de

NÄHER/INNEN GESUCHT

Wer kann Masken nähen oder ist vielleicht schon fleißig dabei? Meldet euch bitte bei uns unter info@kreativlabor.de per Mail. Gemeinsam schaffen wir es, den Coronavirus zurückzudrängen.



NICHT EINTUNKEN

Wissen Sie eigentlich, wie die Teewurst erfunden wurde? Einst trug es sich zu, dass ein Fleischer alle Zutaten für eine grobere Wurst in den Kutter gegeben hat (nein, kein Boot, sondern eine Zerkleinerungsmaschine), das Gerät seine Arbeit verrichten ließ und erstmal eine Teepause genoss. Weil der Mann die Auszeit aber aus heute nicht mehr zu ermittelnden Gründen deutlich überzog, rotierte und malnte der Kutter immer fleißig vor sich hin, bis eine breiige Masse entstanden war. Der Fleischer, ein pfiffiges Kerlchen, verarbeitete den Brei zu einem Brotaufstrichprodukt, das er aus naheliegenden Gründen Teewurst nannte.

Leo sagt ...

Leider stimmt die Geschichte wohl nicht. Vielmehr mutmaßen Wursthistoriker, dass die Bezeichnung eher darauf zurückgeht, dass Schnitzchen mit dieser gar feinen Wurst hervorragend zu einem Tässchen Tee passen. Aber bitte nicht eintunken, wie Oma das immer mit den Spekulatius macht, wenn sie ihr Gebiss nicht dabei hat. Wenigstens sind wir hier wieder bei einer Teepause angelangt. Wie komme ich überhaupt auf das Thema Teewurstthappen ... Ach ja, ich plante ursprünglich, ein wenig übers Teetrinken zu sinnieren. Ich wollte zum Beispiel ausführen, dass vieles von dem, was Tee genannt wird, in Wahrheit gar keiner ist, sondern nur ein Aufgussgetränk (für mich sogar oft eher ein Ausgussgetränk) zum Beispiel aus Obstresten und irgendwas von der Wiese, während für richtigen Tee Blätter der gleichnamigen Pflanze verwendet werden. Mach ich später vielleicht mal.

Euer Museumslöwe
(notiert von Stefan Krieg)

MEHR ALS 14.000 KUNDEN

Sparkasse Mecklenburg-Schwerin zieht Bilanz / Jubiläum 2021

Im abgelaufenen Geschäftsjahr vergab die Sparkasse Mecklenburg-Schwerin neue Kredite in Höhe von rund 222 Millionen Euro – dies bedeutet eine nochmalige Steigerung von 10 Prozent gegenüber dem starken Vorjahr. Dies teilten die Sparkassenvorstände Kai Lorenzen und Ulrich Kempf im März bei der Vorstellung der vorläufigen Bilanz für 2019 mit.

Der Bestand an Kundeneinlagen wuchs nach Auskunft um 5 Prozent. Damit betragen die Einlagen der Sparkassenkunden erstmals mehr als 2 Milliarden Euro.

Der Vorstandsvorsitzende Lorenzen sagt: „Das hohe Vertrauen in Verbindung mit dem wachsenden Kundengeschäft stimmt uns positiv und lässt uns auch in 2020 optimistisch agieren. Wir decken auch in Zukunft den Finanzierungsbedarf unserer Kunden und bieten Geldanlage- und



Die Vorstände Kai Lorenzen (l.) und Ulrich Kempf
Foto: Rainer Cordes

Vorsorgelösungen mit Rendite. Neben der persönlichen Nähe und Beratung der Kunden sind für die Sparkasse innovative und beste digitale Angebote von hoher Bedeutung.“ Kempf fügt hinzu: „Das gute Ergebnis ist Ausdruck des starken

Einsatzes unserer Mitarbeiter in den Filialen vor Ort, der Spezialisten in den Kompetenz-Centern sowie unseren Teams in den Stabs- und Betriebsbereichen.“

Mehr als 48.000 Sparkassen-Kunden erledigen ihre Bankgeschäfte online. Täglich besuchen rund 14.000 Kunden die Internet-Filiale. Mit fast 1,4 Millionen Euro haben die Sparkasse und ihre Stiftungen im vergangenen Jahr zudem gemeinnützige Vereine und Institutionen in der Region unterstützt.

Neben den anhaltenden Herausforderungen ergeben sich gegebenenfalls Veränderungen durch eine mögliche Fusion mit der Sparkasse Parchim-Lübz. Im Jahr 2021 feiert die Sparkasse ihr 200-jähriges Bestehen. Bereits jetzt gibt es in der Puschkinstraße eine Ausstellung zur Geschichte der Sparkasse. ■

www.spk-m-sn.de

SSC PALMBERG PLANT

Kader für kommende Saison wird derzeit zusammengestellt

Beim SSC Palmberg Schwerin ist man jetzt mitten in den Kaderplanungen für die kommenden Saison. Wie aus den Vorjahren gewohnt wird sich das Gesicht der Mannschaft recht deutlich verändern. Aber etwas Kontinuität gehört auch immer dazu.

Klar war nach der Saison erstmal nur, dass Lea Ambrosius (Mittelblock), Romy Jatzko und Nicole Oude Luttikhuis (beide Außenangriff) bleiben, weil sie noch vertraglich gebunden sind. Inzwischen haben aber auch Gréta Szakmáry (Außenangriff), Lauren Barfield und Marie Schölzel (beide Mittelblock) verlängert. Verlassen werden den SSC McKenzie Adams, Kimberly Drewniok und Justine Wong-Orantes. Neu im Team sind Lina Alsmeyer, Außenangriff, vom USC Münster, und Patricia Nestler, Libera, vom VCO Dresden (alle Abgänge und Neuzugänge Stand 20. April).

Weitere Verhandlungen laufen. Michael Evers, Geschäftsführer des SSC Palmberg war bereits Anfang April guter Dinge: „Ich bin sicher, dass wir auch für 2020/21

wieder ein schlagkräftiges, konkurrenzfähiges Team zusammenstellen werden, aber wir müssen uns alle den gesellschaftlichen Gegebenheiten anpassen.“ Die durch die Coronakrise verursachten Probleme dürften aber auch alle ande-

ren Volleyballvereine in ähnlicher Weise treffen.

Wann es wie mit dem Volleyball weitergeht, ist nicht ganz klar. Üblicherweise beginnt die neue Saison im Oktober. ■

www.schweriner-sc.com



Die Außenangereiferin Romy Jatzko spielt auch in der kommenden Saison für den SSC Palmberg Schwerin.
Foto: Eckhard Mai

SCHRITT FÜR SCHRITT

Öffentliches Leben in Schwerin wird wieder vorsichtig erweitert



Das Stadthaus soll ab Montag (27. April) schrittweise wieder öffnen.

Foto: büro vip

Stück für Stück wird in den kommenden Wochen in Schwerin das öffentliche Leben erweitert. Das betrifft auch das Stadthaus, das am Montag (27. April) schrittweise wieder für den Besucherverkehr öffnet. So sollen Dienstleistungen nach Terminvergabe und unter Berücksichtigung der geltenden Auflagen wieder möglich sein.

Onlinedienste zur Ausstellung von Meldebescheinigungen und Geburtsurkunden können weiterhin in Anspruch genommen werden; auch die telefonische Terminabsprache in einem Notfall ist unter der Nummer 0385/545-1111 gesichert. Ein Bürgertelefon für alle Fragen rund um das Corona-Virus ist unter 0385/545-3333 von Montag bis

Freitag weiterhin in der Zeit von 8 bis 16 Uhr erreichbar.

Vorsichtiges Aufatmen auch beim Einzelhandel: „Es arbeiten alle, die jetzt zusätzlich öffnen dürfen mit Hochdruck daran, die Sicherheitsauflagen umzusetzen“, so der Manager der Marienplatz-Galerie, Henner Schacht. Er bittet alle Kunden, sich an die geltenden Hygiene- und Abstandsregeln zu halten und wenn möglich eine Behelfsmaske oder einen Mund-Nasen-Schutz zu tragen (siehe auch Seiten 32 und 33).

Ab Montag (27. April) soll auch in Bussen, Bahnen und Taxen in Mecklenburg-Vorpommern Mund-Nasen-Schutz getragen werden. Das schließt selbst genähte Behelfsmas-

ken oder Tücher sein, die vor Mund und Nase getragen werden.

Gute Nachrichten gibt es auch für Leseratten: Seit Montag sind die Stadtbibliothek und die Stadtteilbibliotheken in Lankow und Neu Zippendorf geöffnet und die Ausleihe und Rückgabe von Medien damit unter Wahrung der Abstandsregeln eingeschränkt möglich.

Außerdem sind die großen Trauerhallen des Waldfriedhofs und des Alten Friedhofs seit 23. April wieder geöffnet. Trauerfeiern können dort bis auf Weiteres stattfinden, die Teilnehmerzahl bleibt auf maximal 20 Personen begrenzt und auch die geltenden Abstandsregeln sind weiterhin zu beachten.

■ www.schwerin.de

WIESE TEILWEISE GESPERRT

Maßnahme zum Schutz der Graugänse am Ziegelaußensee

Zum Schutz der Graugänse bleibt eine Wiese am Ziegelaußensee noch bis zum 30. Juni gesperrt. Damit können zirka zwei Drittel der Naherholungsfläche oberhalb der Wickendorfer Straße vorerst nicht betreten werden.

Der Radweg, der Park- und Rastplatz und auch der „Blick über den See“ werden nach wie vor uneingeschränkt zur Verfügung stehen. Die nunmehr ausgewiesenen zeitlichen Beschränkungen werden über die

nächsten fünf Jahre einer Erfolgskontrolle unterzogen. Gegebenenfalls wird dieses Verbot danach auch geändert oder gestrichen.

Die an den Schweriner Seen vorkommenden Graugänse brüten gern auf größeren und vom Seeufer aus flach zugänglichen Wiesen. Mit der Sperrung soll auch das Röhricht geschützt werden, das oft von den dorthin ausweichenden Gänsen angeknabbert wurde.

■ www.schwerin.de



Graugänse bevorzugen zum Brüten flache Wiesen.

Foto: Stadt

SCHLAGZEILEN AUS SCHWERIN

Hilfe für die Unternehmer

Die Wirtschaftsförderung der Stadt ist montags bis freitags von 9 bis 16 Uhr telefonisch und per E-Mail für die Schweriner Unternehmer erreichbar. Speziell werden in dieser Zeit Fragen in Zusammenhang mit der coronavirusbedingten Krise beantwortet. Volker Künze ist erreichbar unter der Nummer 0385/545-1653 und per Mail unter vkuenze@schwerin.de, Stefan Purtz unter -1658 und spurtz@schwerin.de.

Schülerticket beantragen

Das kostenlose Schülerticket für das kommende Schuljahr sollte bis zum 31. Mai beantragt werden (online unter www.schwerin.de/schuelerbefoerderung), damit die Schüler den Fahrausweis auch pünktlich bekommen. Das Ticket gibt es, wenn der Fußweg zwischen dem Wohnort und der örtlich zuständigen Schule bis zur Klassenstufe 6 länger als zwei Kilometer und ab Klassenstufe 7 länger als vier Kilometer ist.

Staatskapelle hat gespendet

Die Musiker der Mecklenburgischen Staatskapelle Schwerin haben in einer gemeinsamen Solidaritätsaktion die Summe von insgesamt 3.000 Euro gesammelt und dem Corona-Nothilfefonds der Deutschen Orchester-Stiftung gespendet. Von dieser Spendenaktion profitieren mittelbar auch die freischaffenden Berufsmusiker, die vom Staatstheater engagiert worden waren.

Weniger Lärm in Schwerin

Der Lärmaktionsplan der Stadt Schwerin wird fortgeschrieben. Darin werden Maßnahmen zur Reduzierung des straßengebundenen Verkehrslärms festgelegt sowie ruhige Gebiete zum Schutz gegen zukünftige Lärmbelastungen ausgewiesen. Grundlage dafür ist das Bundes-Immissionsschutzgesetz. Zum Entwurf des Plans, der unter schwerin.de/laermaktionsplanung zu finden ist, werden bis 5. Juni Anregungen entgegengenommen.



COMPROMIS STORES

MODE MARKEN TRENDS



DIESEL REPLAY DRYKORN KLEINIGKEIT LEVIS ELIAS RUMELIS SELECTED
CALVIN KLEIN IMPERIAL YAYA TIGHA STOFFBRUCH FRED'S BRUDER
ANERKJENDT RINASCIMENTO ANTONY MORATO JOST UNWEIT BERLIN

SCHWERIN

COMPROMIS
LÜBECKER STRASSE 7
0385 595 8668



SCAN



SCHWERIN

MÄNNERSINN
LÜBECKER STRASSE 16
0385 7788 3895

COMPROMIS-CONCEPTS.DE





Foto: K. U. Hägler, Adobe Stock

DIE PRAXEN BLEIBEN GEÖFFNET

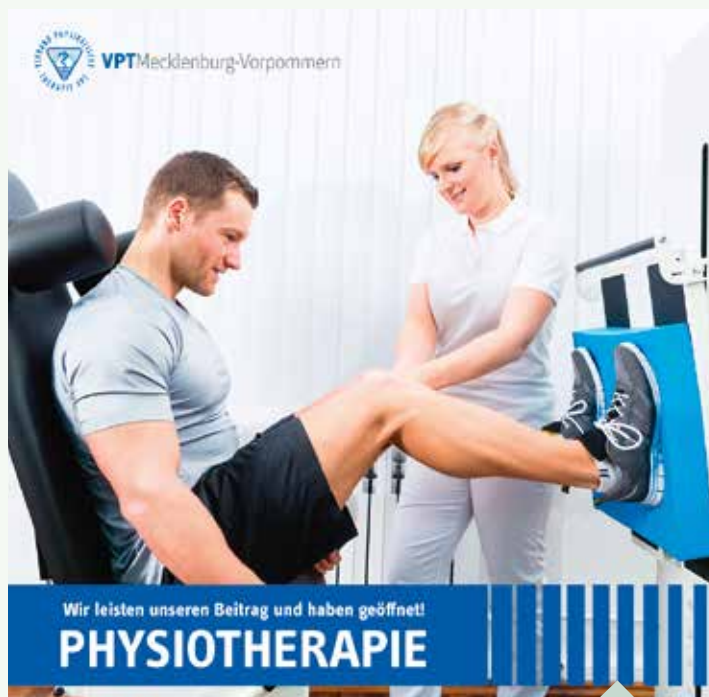
Physiotherapeuten behandeln Patienten auch während der Coronakrise wie gewohnt weiter

„Liebe Patientinnen und Patienten, auch in schweren Zeiten leisten wir unseren Beitrag und stehen Ihnen zur Seite. Deshalb haben die Praxen der Physiotherapie weiterhin geöffnet und behandeln wie gewohnt ihre Patientinnen und Patienten“, betont Matthias T. Paulsen, Landesgruppenvorsitzender des VPT M-V (berufsständische Vertretung der Physiotherapeuten sowie der Masseure / Medizinischen Bademeister). „Selbstverständlich achten wir dabei ganz besonders auf Hygiene

und treffen Schutzmaßnahmen, um Ansteckungen zu vermeiden. Rufen Sie bei Bedarf einfach in Ihrer Physiotherapie an und vereinbaren Sie einen Termin.“

Ob Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden oder Podologen – unter den Heilmittelerbringern wächst in diesen Tagen allorts die Verzweiflung. Grund ist, dass wegen der Coronakrise immer mehr Patienten ihre Behandlungstermine absagen. Die selbstständigen Praxisinhaber und deren Angestellte bringt das immer näher an den Rand des wirtschaftlichen Ruins. „Sollten die Praxen aus finanziellen Gründen schließen müssen, wird dies auch in Mecklenburg-Vorpommern nicht nur jetzt in der Krise, sondern auf Dauer massive Versorgungsprobleme bringen, was am Ende allen Patienten schadet, weil es Heilungsprozesse verzögert oder unmöglich macht“, heißt es vom VPT.

Weitere Informationen:
physiotherapeuten-notdienst.de



Gemeinsam für die Gesundheit

Foto: Kzenon, Adobe Stock



Matthias T. Paulsen ist der Landesgruppenvorsitzende des VPT MV.

Foto: VPT MV

GUTER SCHLAF?

Oft wird gesagt, acht Stunden Schlaf pro Nacht seien für Erwachsene optimal. Dies kann jedoch allenfalls als grober Richtwert gelten, denn das Schlafbedürfnis ist sehr individuell. Die Schlafdauer ist aber nur ein Faktor. Ganz wesentlich zu einer erholsamen Nachtruhe trägt auch die Schlafqualität bei. Und die kann bei starkem Schnarchen sehr getrübt sein. Dies äußert sich vor allem in Tagesmüdigkeit. Auf Dauer kann schlechter Schlaf sogar zu ersten Gesundheitsproblemen führen. Daher empfiehlt es sich für starke Schnarcher, einen Arzt aufzusuchen.

WENN DER DURST NICHT WEITERHILFT

Wann und wie viel man trinken sollte

Wie viel muss man trinken, um seinen Wasserhaushalt in der richtigen Balance zu halten? Eine klare Antwort darauf gibt es nicht. Laut Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) sollten Erwachsene mindestens 1,5 Liter täglich zu sich nehmen (beim Sporttreiben kann es erheblich mehr werden). Eine andere Antwort lautet schlicht: Trinken Sie, wenn Sie Durst haben. Aber so einfach ist es nicht immer, denn das Durstgefühl kann zum Beispiel durch Krankheit oder Stress unterdrückt sein. Bei älteren Menschen wird dieses Signal des Körpers ebenfalls oft nicht mehr so zuverlässig ausgesendet. Auch Kinder trinken manchmal zu wenig. Zu ernsten Problemen führt dies bei den Sprösslingen aber normalerweise nicht; allerdings kann es durch Flüssigkeitsmangel zu Konzentrationsschwierigkeiten im Unterricht kommen. Als Durstlöcher eignet sich Wasser perfekt; am besten man zapft es sich einfach aus dem Wasserhahn. Wer etwas Geschmack im Getränk bevorzugt, gibt einen Schluck Saft ins Wasser oder brüht sich einen Früchtetee auf (ohne Zucker). Und dann trinkt man immer über den Tag verteilt, allerdings mit Schwerpunkt auf den ersten zwei Dritteln des Tages.

IMMER AUF RICHTIGER HÖHE

Sanitätshaus Kowsky präsentiert sicheres Pflegebett, das sich weitläufig verstellen lässt

Wie man sich bettet, so liegt man. Dieser Spruch gilt vor allem für zuhause lebende pflegebedürftige Menschen. Denn für sie verwandelt sich das Bett häufig zum Mittelpunkt des Lebens. Schlafen, Essen, Fernsehen, Gespräche – vieles findet in den eigenen Federn statt. Sybille Koppelwiser vom Sanitätshaus Kowsky rät daher: „Daher sollte das Bett durch Behaglichkeit, Sicherheit und Aussehen das Wohlbefinden des Bewohners fördern. Pflegebetten sind hierbei die richtige Wahl, denn sie punkten durch vielerlei Verstellmöglichkeiten, bequeme Positionen, leichtes Ein- und Aussteigen und sie unterstützen pflegende Angehörige oder das vorbeischauende Pflegepersonal.“

Wie überall im Leben werden heutzutage auch an Produkte wie Pflegebetten immer höhere Anforderungen gestellt. Ein Schlafmöbel, das unter allen herausragt, heißt Regia und ist das Niedrigbett der Firma Burmeier. In puncto Komfort und Funktion gilt es als die Premiumvariante unter den Pflegebetten. Kein Wunder also, dass sich das Team vom Sanitätshaus Kowsky dazu entschlossen hat, dieses Modell in seiner Filiale in Schwerin Süd auf- und auszustellen.

Sybille Koppelwiser sagt: „So können wir besser erklären und zeigen, welche Vorteile das Pflege-



Das Niedrigbett der Firma Burmeier besitzt so viele gute Eigenschaften, dass sich das Sanitätshaus Kowsky dazu entschloss, es in der eigenen Filiale zu präsentieren.

Foto: Kowsky

gebett Regia in sich vereint. Eine Besonderheit ist zum Beispiel die weitläufige Höhenverstellung. Die niedrigste Höhe von 26 Zentimetern bewahrt den Patienten vor schweren Stürzen und macht beklemmende, freiheitsentziehende Maßnahmen wie Seitengitter überflüssig. Sollte es doch zu einem Sturz kommen, kann sich der Nutzer zumeist selbstständig am Bett wieder hochziehen.“

Auch beim Ein- und Aussteigen lassen sich geeignete Höhen einstellen. Das ist auch für Rollstuhlfahrer interessant, für die das Standard-Pflegebett oft eine Qual ist, weil sie aufgrund unpassender Höhe nicht mühelos auf die Matratze gleiten können. Je nach Wunsch, wenn das Gefühl nach Halt und Sicherheit da ist, lässt sich auch eine geteilte Seitensicherung sekundenschnell anbringen – optisch so dezent, dass der Blick ungehindert durch den Raum wandern kann.

Bei der Entwicklung dieses ausgefeilten Krankenbettes wurde aber nicht nur an die Patienten gedacht. Das Bett lässt sich auf eine beachtliche Höhe von 80 Zentimetern hochfahren und gewährt so Pflege-

gekräften und Angehörigen eine rückschonende Arbeitsweise.

Erwähnt werden sollte auch, dass sich das Pflegebett in eine gemütliche Sitzposition bringen lässt. Einem Gespräch auf Augenhöhe, einem Fernsehabend oder Essen steht nichts mehr im Weg. Wer ein Smartphone nutzt, kann oben drein mit Hilfe einer App die Verstellfunktionen des Bettes leicht und schnell verwalten.

Doch wer übernimmt denn nun die Kosten für das Premium-Niedrigbett? Das Pflegebett der Firma

Burmeier ist keine Kassenleistung, sondern eine rein private Anschaffung – die sich aber lohnt. Ältere Familienmitglieder können länger in der Häuslichkeit betreut werden, und sie erleben ein größeres Wohlbefinden. Wichtig ist beim Kauf eines Pflegebettes eine gute Beratung, denn jeder Pflegebedürftige hat andere Ansprüche. Im Sanitätshaus Kowsky nimmt sich das Team viel Zeit für alle, die vorbeischauen und sich ein Bild von dem vielseitigen Bett machen möchten.

Kowsky

KURZINFOS

SANITÄTSHAUS KOWSKY

Sanitätshaus Schwerin
Nikolaus-Otto-Straße 13
19061 Schwerin
03 85 / 64 680-0
sanitaetshaus-schwerin@kowsky.com
www.kowsky.com

Sanitätshaus Parchim

Buchholzallee 2
19370 Parchim
Tel. 03 87 1 / 26 58 32

Rundum zufrieden?

Wir haben für Sie weiterhin geöffnet – unter Einhaltung der geltenden Vorschriften. Nehmen Sie telefonisch Kontakt zu uns auf, wir besprechen mit Ihnen die mögliche Abwicklung der Versorgung!

Sanitätshaus Kowsky GmbH

Buchholzallee 2
19370 Parchim
Tel. 03871 265832

Nikolaus-Otto-Straße 13
19061 Schwerin
Tel. 0385 64680-0

sanitaetshaus-schwerin@kowsky.com · www.kowsky.com

Kowsky

AOK STETS EINFACH ERREICHBAR

Versicherte können sich via Internet, Telefon und E-Mail an die Gesundheitskasse wenden

Alle wichtigen Services in einer Online-Geschäftsstelle und in einer Smartphone-App im Überblick, dazu einen Zugriff von überall, 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr – auch die AOK Nordost verzeichnet derzeit in ihrem Online-Angebot „Meine.AOK.de“ einen sprunghaften Anstieg von Nutzern. Denn beide bieten den Versicherten viele Möglichkeiten.

Neben der sicheren Kommunikation mit AOK-Kundenberatern können die Versicherten beispielsweise ihre persönlichen Daten anschauen, Adressänderungen vornehmen oder eine neue Gesundheitskarte anfordern. Die Nutzer können jederzeit und überall Dokumente und Informationen einsehen und an die Gesundheitskasse senden.

Ein einfaches Beispiel: eine Krankenschreibung mit dem Smartphone abfotografieren und per App schnell und unkompliziert weiterleiten. Das spart Zeit und Geld.

Die Services helfen aber auch in der Zeit von Kontaktsperre und Mindestabstand, persönliche Kontakte zu vermeiden – so sind die Versicherten mit „Meine.AOK.de“ immer auf der sicheren Seite.

Die AOK-Niederlassungsleiterin Ute von Tilinsky sagt: „Die Auswirkungen der aktuellen Corona-Pandemie zeigen uns, wie wichtig und nützlich digitale Anwendungen sind. Wir haben bei unserem Online-Angebot ‚Meine.AOK.de‘ aus Kundensicht gedacht. Deshalb sind alle Services so aufgebaut, dass sie jeder schnell und einfach nutzen kann. Probieren Sie es aus!“

Darüber hinaus stellen die Auswirkungen der Corona-Pandemie auch die Pflege zu Hause vor große Herausforderungen. Unterstützung erhalten die pflegenden Angehörigen durch das Programm „Pflege in Familien fördern – PfiFF“ der AOK Nordost. Unter www.aok-pfiFF.de finden Interessierte aktuelle Seiten mit wert-



Handgriffe, die den Pflegealltag erleichtern. Die Filme lassen sich jederzeit auf dem PfiFF-YouTube-Kanal abrufen. Alle Angebote sind kostenfrei und können unabhängig von der Kassenzugehörigkeit oder eines Pflegegrades in Anspruch genommen werden.

„Aus aktuellem Anlass möchte ich aber auch die Gelegenheit nutzen und auf ein weiteres wichtiges Angebot hinweisen“, betont die AOK-Niederlassungsleiterin. „Selbstverständlich werden die Briefkästen an allen AOK-Standorten täglich mehrmals geleert, so dass keinerlei zeitliche Verzögerungen bei Kundenanliegen auftreten.“

Darüber hinaus stehen die AOK-Experten den Kunden bei allen Anliegen unter dem Servicetelefon 0800/2650800 zur Verfügung, und E-Mails können online über die Adresse www.aok.de/pk/nordost/kontakt/e-mail-schreiben an die AOK gerichtet werden.

www.nordost.aok.de

vollen Informationen auf ausdrucksreichen Themenblättern, die in dieser Zeit besonders wichtig sind – beispielsweise Tipps zum Kontaktpflegen, zu Pflegeleistungen oder Hinweise zu wichtigen Telefonnummern.

Außerdem zeigen die PfiFF-Pflegefilme zum Beispiel praktische



50 EURO ZUSCHUSS FÜR AKTIVE! FÜR FITNESSTRACKER

Bis zu 50 Euro alle 2 Jahre für den Kauf eines Fitnesstrackers.
Und noch mehr Leistungen im AOK-Gesundheitskonto.

Jetzt wechseln!

AOK-jetzt.de

VIELE WEGE FÜHREN ZUM ZIEL

Masken oft nur in großer Stückzahl lieferbar: „Einkaufsgemeinschaft“ will helfen

Als Beitrag zur Eindämmung der Corona-Epidemie wird das Tragen einer Mund-Nase-Bedeckung empfohlen. Die Folge: Masken sind ausverkauft oder werden zu überhöhten Preisen angeboten. Andere Händler liefern nur in großer Stückzahl. Wenn aber nur fünf oder fünfzig Masken gebraucht werden, ist das auch keine Option. Was tun, wenn man nicht auf selbstgemachte Stoffmasken oder einen anderen Behelf setzen möchte oder kann?

Als langjähriger Lieferant von Werbe- und Bedarfsmitteln hat die Agentur büro v.i.p. Masken unterschiedlicher Art im Portfolio. Das Angebot reicht von 3-lagigem Einweg-Gesichtsschutz mit CE-Zertifizierung bis zu mehrfach verwendbaren Masken der Schutzstufe KN95/FFP 2. Darüber hinaus sind auch sogenannte Anti-Corona-Kits im Angebot, die zum Beispiel neben einer Mund-Nase-Bedeckung vier Reinigungstücher und ein Paar Einweg-Handschuhe enthalten – ideal für unterwegs. Gleiches gilt für Handreinigungsspray und Handreinigungsgel, die helfen können, wenn Wasser und Seife gerade nicht erreichbar sind. Um die erforderlichen hohen Stückzahlen für eine Lieferung abzurufen, könnte jetzt eine „Einkaufsgemeinschaft“ entstehen. Braucht der eine vielleicht nur zehn Masken, ein anderer 500 und ein Dritter 50, ist der Mindestbestellwert schnell erreicht. Den Bedarf zu erfassen und die Zahlen möglichst genau abzufragen ist auch deshalb wichtig, weil Liefer-



Verschiedene Arten von Masken sind im Angebot.

Foto: PSI Netzwerk

ranten die Ware in der jetzigen Situation ausschließlich per Vorkasse anbieten. Sie haben Interesse an Gesichtsmasken, Kits und weiteren Produkten? Dann schreiben Sie uns unter gutentag@buero-vip.de, welche Artikel Sie in welcher Stückzahl benötigen. Anschließend bekommen Sie von uns zu dieser Anfrage ein Angebot, das entsprechend den Wochenpreisen erstellt wird. Das ist deshalb wichtig, weil aktuell auf dem Markt viel Bewegung herrscht. Natürlich können nicht nur Unternehmen, sondern auch Einzelpersonen bestellen.

Um Standards, Zertifizierung und faire Preise zu sichern, setzt büro v.i.p. ausschließlich auf Anbieter, mit denen eine gute Zusammenarbeit besteht. Die Hauptlieferanten kommen aus der EU und sind seit 20 Jahren verlässliche Partner.

Sie haben weitere Fragen? Wenden Sie sich gern an uns – aktuell bitte ausschließlich per Mail unter gutentag@buero-vip.de.

Wir sind für Sie da!

Bei uns ist eine Menge für Ihre Gesundheit drin: innovative Lösungen, exklusive Angebote und eine individuelle Beratung, die deutlich über das übliche Maß hinausgeht.

Entdecken Sie Ihre Vorteile!

Mehr Informationen unter kkh.de/vorteile



**Jetzt
Vorteile
sichern!**



MEDICLIN – EIN ARBEITGEBER MIT ZUKUNFT

Die MEDICLIN Krankenhaus am Crivitzer See GmbH ist eine Klinik der Grund- und Regelversorgung mit den Fachabteilungen Chirurgie und Orthopädie, Innere Medizin, Gynäkologie und Geburtshilfe, Anästhesiologie und Intensivmedizin sowie Radiologie. Im Rahmen eines Komplexbehandlungszentrums betreuen wir geriatrische Patienten sowie Palliativ- und Schmerzpatienten. Innerhalb der orthopädisch-unfallchirurgischen Abteilung wurde das EndoProthetikZentrum Crivitz aufgebaut. Die Einrichtung verfügt über 80 Planbetten und beschäftigt mehr als 180 Mitarbeiter.

Wir suchen zum nächstmöglichen Eintrittstermin

› FACHARZT (W/M/D)

für Orthopädie und Unfallchirurgie

› ASSISTENZÄRZTE (W/M/D)

idealerweise in fortgeschrittener Ausbildung zum Facharzt (w/m/d) für Orthopädie und Unfallchirurgie

Die Facharztstelle kann perspektivisch zur Funktionsoberarztstelle ausgebaut werden.

Wünschenswert wären diesbezüglich Erfahrungen in der arthroskopischen Chirurgie des Knies und Schultergelenkes, aber nicht Bedingung. Gleichzeitig sollte auch Freude an der Durchführung und Überwachung konservativer Therapien am Haltung- und Bewegungsapparat bestehen sowie die Zusammenarbeit zwischen der orthopädisch / unfallchirurgischen Klinik und dem interdisziplinären Komplexbehandlungszentrum gefördert werden.

WIR BIETEN

Den Kandidaten empfängt ein erfahrenes, kompetentes und offenes Team einer Klinik, die auf der einen Seite eine herausragende medizinische Kompetenz aufweist und auf der anderen Seite den Patienten neben der ärztlichen und pflegerischen Betreuung eine ausgesprochen familiäre Atmosphäre bietet. Die ärztliche Zusammenarbeit aller Fachbereiche ist durch kurze Wege und Kollegialität gekennzeichnet.

Die Klinik verfügt über eine Weiterbildungsermächtigung für den FA für Orthopädie und Unfallchirurgie von 3 Jahren (1 Jahr Basischirurgie, 2 Jahre Orthopädie / Unfallchirurgie)

Die vorliegende Stelle ist für schwerbehinderte Bewerber (w/m/d) geeignet.

IHR ANSPRECHPARTNER:

Ekkehard Leipe, Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Chirurgie

Telefon 0 38 63 520 149

bewerbung@mediclin.de

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

MEDICLIN
KRANKENHAUS
AM CRIVITZER SEE



AUSFALLSCHRITTE



KREUZHEBEN



SHRUGS



KNIEBEUGE

MUSKELAUFBAUTRAINING ZU HA

So wachsen die Muskeln: Wir geben Ihnen einige allgemeine Tipps und stellen Ihnen ein paar Übungen vor

Wenn es die Umstände nicht erlauben, ins Fitnessstudio zu gehen, kann man auch zu Hause eine Menge tun, um in Form zu kommen. Einfache Mittel reichen dafür schon: Kurzhanteln und ein Gummiband (Theraband oder Ähnliches). Wer darüber nicht verfügt, kann auch improvisieren mit Gegenständen aus dem Haushalt oder nur mit dem eigenen Körpergewicht arbeiten.

Beim Muskelaufbautraining, um das es uns hier gehen soll, muss man für optimale Ergebnisse stets genau dieses Ziel im Fokus haben: die Muskeln zu entwickeln. Wer einen dicken Bizeps, muskulöse Oberschenkel und breite Schultern präsentieren will, für den stellt das Gewicht nur Mittel zum Zweck dar. Was zählt, ist das Gefühl im Muskel.

Bei maximal drei Trainingstagen pro Woche ist es sinnvoll, zu versuchen, den Körper jeweils möglichst komplett zu beanspruchen. Wer viermal oder noch öfter zur Hantel greift, für den empfiehlt sich ein sogenanntes Split-Programm, das heißt, man trainiert nicht alle Muskelgruppen an einem Tag, sondern wechselt unterschiedliche Einheiten miteinander ab. Für unsere Zwecke beim „Pumpen“ zu Hause dürfte eine Zweier-Aufteilung locker reichen. Bewährte Splits sind zum Beispiel Drücken/Ziehen, Rumpf/Extremitäten, Vorder-/Rückseite und mit Abstrichen Oberkörper/Unterkörper.

Mit den Übungen, die wir im Folgenden vorstellen, decken Sie einen großen Teil der Muskelgruppen ab.

Es gibt aber noch viel, viel mehr.

Sie können die Bewegungen langsam, in mittlerem Tempo oder auch sehr zügig ausführen – entscheidend ist immer, dass Sie niemals Schwung holen und dass Sie sich auf die angesprochenen Muskeln konzentrieren, so dass andere Muskeln möglichst wenig mithelfen. Der Trick dabei: am Anfang und Ende der Bewegung ganz kurz stoppen, nicht wirklich das Gewicht halten, sondern nur nicht sofort in die Gegenrichtung weiterarbeiten.

Wie viele Wiederholungen Sie pro Durchgang (Satz) absolvieren, hängt davon ab, wie schwer das verwendete Gewicht ist (oder bei reinen Körpergewichtsübungen die Ausführungsvariante). Aber es sollten nicht weniger als zehn sein, besser mehr – sogar bis zu hundert. Wenn Sie mit sehr hohen Wiederholungszahlen trainieren (etwa 30 bis 100), dann reicht pro Übung ein Satz. Sie können innerhalb eines solchen Satzes mit sehr vielen Wiederholungen auch ganz kurz – vielleicht vier, fünf Atemzüge lang – pausieren und dann fortfahren, aber höchstens dreimal zwischendurch anhalten.

Bei niedrigeren Wiederholungszahlen machen Sie zwei bis vier Sätze bis zu dem Punkt, wo Sie die Übung nicht mehr sauber ausführen können. Wenn Sie richtig trainiert haben, fühlt sich der jeweilige Muskel angenehm prall oder warm an. Das Gefühl nennt man auch den Pump-Effekt oder kurz den Pump. Vor dem Muskeltraining bitte auf-

wärmen, zum Beispiel mit Gymnastik oder am Hometrainer/Ergometer. Danach könnte jeweils ein Aufwärmatz folgen, also pro Übung erstmal mit einem niedrigen Gewicht (oder einer leichteren Variante) arbeiten. Wenn Sie sowieso mit sehr niedrigem Gewicht und vielen Wiederholungen (ab etwa 30 oder 40 aufwärts) trainieren, können Sie sich das Aufwärmen übrigens sparen.

NACKEN

Sie nehmen in jede Hand eine Kurzhantel, lassen die Arme seitlich hängen. Ziehen Sie nun die Schultern nach oben. Dabei aufrecht stehen, Brust raus und Kopf gerade oder ganz leicht nach unten geneigt. Die Übung heißt **Shrugs**.

VORDERE SCHULTER

Setzen Sie sich auf einen Stuhl, nehmen Sie eine Kurzhantel und fassen Sie diese nicht am Griff, sondern auf einer Seite mit beiden Händen unter den Scheiben an, so dass sie sich senkrecht ungefähr vor ihrer Brust und ihrem Hals befindet. Die Ellbogen möglichst dicht zusammen. Jetzt drücken Sie die Hantel vor Ihrem Gesicht nach oben über Kopfhöhe. Die Arme müssen am Ende der Bewegung nicht gestreckt sein.

SEITLICHE SCHULTER

Nehmen Sie zwei Kurzhanteln in die Hand und lassen Sie die Arme in der

Ausgangsposition neben dem Körper etwa in Hüfthöhe. Jetzt bewegen Sie die ganz leicht angewinkelten Arme seitlich hoch, so dass sie am Ende knapp waagrecht vom Körper wegzeigen; höher brauchen sie nicht zu sein. Tipp: Konzentrieren Sie sich dabei auf die Ellbogen, und drehen Sie im Verlauf des Anhebens der Arme die Hände minimal nach vorn, so dass die Hand-Innenflächen parallel zum Boden bleiben. Und noch was: Wieder in der Ausgangsposition sollten die Hände ein paar Zentimeter Abstand von der Hüfte haben. Das **Seitheben** können Sie im Sitzen oder Stehen ausführen.

HINTERE SCHULTER

Nehmen Sie zwei Kurzhanteln in die Hände, die Füße schulterbreit oder etwas weiter auseinander und die Knie leicht gebeugt. (Sie müssen fest und bequem stehen, im Sitzen klappt's aber ebenfalls.) Jetzt beugen Sie sich vor, so dass die Arme vor Ihnen „runterhängen“ und zwar etwas weiter vom Körper weg als die Fußspitzen. Jetzt bewegen Sie die Arme seitlich hoch (möglichst weit vom Körper weg), als wollten Sie fliegen.

TRIZEPS

Eine Kurzhantel nehmen, hinknien und mit dem freien Arm auf dem Oberschenkel abstützen. Oder bringen Sie sich anderweitig in eine stabile Position, zum Beispiel mit dem Knie auf einem Hocker oder auch

**KICKBACKS****ÜBERZÜGE****SEITHEBEN****RUDERN**

USE – MIT EINFACHEN MITTELN

– inklusive hilfreicher Tricks zur effektiveren Ausführung

nur im Stehen mit einem Bein vorn. Der Arm mit der Kurzhantel wird hochgezogen und so fixiert. Ab jetzt bewegt sich ausschließlich der Unterarm – und zwar nach hinten, bis er sich in einer Linie mit dem Oberarm befindet. Geübte schaffen es sogar, diese **Kickbacks** mit zwei Hanteln gleichzeitig zu absolvieren (am besten im leicht gehockten Stand).

BIZEPS

Zwei Kurzhanteln nehmen, die Arme in Schulterhöhe gerade seitlich vom Körper strecken und die Hände so drehen, dass die Hand-Außenflächen zum Boden zeigen. Die Arme werden nicht angewinkelt. In der Haltung verharren Sie, so lange Sie es schaffen. Dies ist eine sogenannte isometrische Übung und nennt sich Crossholds.

BRUST

Sie legen sich rüklings auf den Boden oder auf einen Sitzball oder Ähnliches. Sie schnappen sich zwei Kurzhanteln, drücken sie senkrecht nach oben und halten Sie eng zusammen, dass eine Scheibenseite die andere berührt; Sie können die Hanteln auch drehen, dass sich die Griffe parallel zueinander befinden. Wichtig ist, dass Sie die Hanteln während der gesamten Übung stets fest gegeneinanderdrücken und die Ellbogen etwas zusammenführen. Jetzt bewegen Sie die Hanteln mit fast ge-

streckten Armen hinter Ihren Kopf und dann wieder nach oben. Dies ist eine effektivere Variante der **Überzüge**, die meist mit nur einer Hantel ausgeführt werden – und so können Sie es auch machen.

BAUCH

Auf den Rücken legen und die Beine locker auf einem Stuhl, der Couch oder dergleichen locker so ablegen, dass sich sowohl die Hüft- als auch die Kniegelenke ungefähr im rechten Winkel befinden. Wem das nicht behagt, winkelt die Beine nur an und setzt die Fersen auf den Boden. Jetzt den Oberkörper nach oben bewegen – und zwar so, als wollten Sie sich eher zusammenrollen als aufstehen. Die Arme können Sie nach hinten strecken, dann wird's schwerer, oder zum Beispiel vor der Brust oder am Kopf platzieren. Sie dürfen aber auf keinen Fall in irgendeiner Weise mit den Händen am Kopf ziehen.

VORDERE OBERSCHENKEL

Kniebeuge kennt jeder. Wer es sich dabei ohne Gewicht schwerer machen möchte, geht so weit wie möglich in die Hocke und dann – statt sich komplett aufzurichten – nur ein kleines Stück hoch. Fußstellung nicht zu eng und die Fußspitzen leicht nach außen zeigend. Wichtig ist, dass der Rücken stets gerade bleibt. Die Arme halten Sie so, dass Sie im Gleichgewicht bleiben.

OBERSCHENKEL, PO

Hinstellen, Füße zirka hüftbreit auseinander und jetzt mit einem Bein einen langen Schritt nach vorn machen. Beim anderen Bein sollte sich der Oberschenkel automatisch ein Stück nach hinten und das Knie nach unten bewegen. Dann das Bein zurück in die Ausgangsposition, und weiter geht's mit der anderen Seite. Um es sich für diese **Ausfallschritte** schwerer zu machen, nehmen Sie in jede Hand eine Kurzhantel. Es kann sein, dass die Übung anfangs etwas wacklig gerät. Sie werden aber lernen, dabei Ihr Gleichgewicht zu halten.

OBERER RÜCKEN

Rudern. Setzen Sie sich auf den Boden und legen ein Übungsband (Theraband oder Ähnliches) in einer Schlaufe um die Fußsohlen und nehmen die Enden in die Hand. Jetzt Beine strecken und aufrecht oder leicht vorgebeugt sitzen. Sie ziehen nun das Band zu sich heran. Am Ende der Bewegung sollten sich die Hände ungefähr vor Ihrem Bauchnabel (enger Griff) oder seitlich der Taille befinden. Wichtig: Konzentrieren Sie sich darauf, die Schulterblätter nach hinten und unten zu ziehen, die Arme dürfen nur eine untergeordnete Rolle spielen. Tipp: Sie können das Band auch statt hinter

den Fußsohlen an einem Gegenstand befestigen; dann müssen Sie sich aber mit den Füßen irgendwo abstützen.

RÜCKEN, PO, HINTERE BEINE

Kreuzheben. Nehmen Sie zwei Kurzhanteln in die Hände. Stehen Sie aufrecht, die Füße hüftbreit auseinander und parallel zueinander. Beugen Sie sich nun nach vorn, wobei die Knie beinahe gestreckt bleiben. Gehen Sie so weit runter, bis sich die Hände vor den Schienbeinen befinden. Bewegen Sie den Oberkörper wieder zurück nach oben – dabei die Hanteln dicht an den Beinen entlangführen – und ziehen Sie zum Schluss die Schulterblätter nach hinten und unten. Der Kopf bleibt durchgängig in einer Linie mit dem Rücken. Der Rücken selbst muss stets gerade sein; ein leichtes Hohlkreuz wäre aber auch okay.

ZUM SCHLUSS

Wer keine Kurzhanteln verwenden kann oder will, hat bei einigen Übungen die Möglichkeit, stattdessen das Theraband einzusetzen. Seien Sie kreativ! Auch wichtig: dehnen. Dies aber bitte erst nach dem Training und/oder an den trainingsfreien Tagen. Viele weitere gute Tipps finden sich zum Beispiel unter www.uebungen.ws und auf diversen Youtube-Kanälen. Aber nicht nur gucken, sondern auch machen! ■

Pflegedienstleitung in Schwerin gesucht!

JETZT BEWERBEN!

Wir erweitern uns und suchen weiteres Leitungspersonal für unseren ambulanten Pflegedienst in Schwerin

Wir suchen:

- Eine Pflegedienstleitung bzw.
- Eine Pflegefachkraft mit Leitungsambitionen

Darauf können Sie sich freuen:

- Sie gestalten die Entwicklung eines aufstrebenden und zugleich etablierten Unternehmens mit
- Sie können ein liebevolles, wertschätzendes und fürsorgliches Pflege- und Leitungsteam um sich herum erwarten
- Sie genießen Freiheiten zur persönlichen Entfaltung und eine flexible Arbeitszeitgestaltung
- Natürlich werden sie auch attraktiv entlohnt

Kohler
Pflegedienst

Kontakt: Philipp Ostrowitzki
karriere@pflegedienst-kohler.de
01520 / 399 85 66



Pflegedienst Kohler - Hamburger Allee 130 - 19063 Schwerin

„BEWEGUNG HEBT DIE STIMMUNG“

Laut Umfrage Mehrheit der Deutschen sportlich

Ob Zumba oder Hanteltraining: Aufgrund der Corona-Epidemie muss das Sportprogramm in den Hallen und Fitnessstudios der Bundesrepublik aktuell noch pausieren. Dabei sind die Deutschen durchaus eine sportliche Nation, wie eine forsa-Umfrage im Auftrag der Kaufmännischen Krankenkasse (KKH) ergeben hat. Vor der Schließung sämtlicher Sportstätten hat sich die Mehrheit der Deutschen regelmäßig sportlich betätigt.

Ungefähr 40 Prozent der etwa 1.000 Befragten im Alter von 18 bis 70 Jahren haben mehrmals pro Woche trainiert. Rund jeder Zehnte war sogar fast täglich sportlich aktiv. Immerhin einmal pro Woche kam jeder fünfte Deutsche zu einer sportlichen Betätigung. Nur 8 Prozent der Befragten gaben an, nie Sport zu treiben. Im Vergleich zur letzten Fitness-Umfrage im Jahr 2013 ist damit der Anteil der



Viele Menschen trainieren mehrmals die Woche. Foto: Adobe Stock

regelmäßig Sporttreibenden und die Einschätzung über die eigene Sportlichkeit leicht gestiegen. KKH-Sportexperte Ralf Haag sagt: „Das ist eine erfreuliche Entwicklung und lässt in Corona-Zeiten hoffen, dass die Menschen auch in den eigenen vier Wänden aktiv bleiben. Bewegung ist für Körper und Geist in der aktuellen Situation sehr wichtig, denn sie hebt nachweislich die Stimmung.“

PHYSIOTHERAPIE unser Beitrag in schwierigen Zeiten

**WIR HABEN
WEITERHIN
GEÖFFNET**

Unsere Leistungen

- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik
- Krankengymnastik nach Bobath und PNF
- Krankengymnastik am Gerät
- Lymphdrainage
- Klassische Massage
- Wärmetherapie Fango / Moor

Haus-/Heimbesuche

Kursangebote

- Reha-Sport*
- Pilates
- Gerätetraining in der Gruppe
- PMR Progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen*

*Krankenkassengestützt



Körperconcept

Wossidlostraße 6
19059 Schwerin
Telefon: 0385 20 10 5 62



Öffnungszeiten
Mo – Do: 7.00 – 19.00 Uhr
Fr: 7.00 – 15.00 Uhr

Physiotherapie · Bewegung · Gesundheit

www.koerperconcept.de

KITA-REGELUNGEN JETZT ERWEITERT

Notbetreuung gilt ab 27. April auch für viele weitere Berufsgruppen

Die Landesregierung hat sich mit den Landkreisen und kreisfreien Städten auf die Fortsetzung und schrittweise Ausdehnung der Notfallbetreuung in Einrichtungen der Kindertagesförderung und der Kindertagespflege verständigt. Dies erfolgt unter Einhaltung von Hygieneerfordernissen und durch die Aufrechterhaltung von kleinen Gruppengrößen.

Sozialministerin Stefanie Drese verdeutlicht: „Die bisherige Kindernotbetreuung wird bis zum 26. April fortgesetzt. Ab 27. April wird die Notbetreuung auf weitere systemrelevante Berufs- und Berufsgruppen erweitert. Wir öffnen die Kitas gezielt und mit Augenmaß. Der Infektionsschutz aller Beschäftigten in der Kindertagesförderung hat weiterhin oberste Priorität.“

Über die bereits akzeptierten systemrelevanten Berufsgruppen hinaus gilt die Möglichkeit der Notfallbetreuung für Mitarbeiter



Betreut werden soll nach wie vor in kleinen Gruppen.

Foto: RioPatuca Images

- der ambulanten Pflegedienste
- der veterinärmedizinischen Notfallversorgung,
- der Krankenkassen,
- der notwendigen Hilfe- und Schutzangebote der Kinder- und Jugendhilfe
- der Schwangerschaftskonfliktberatung

- der Beratungsstellen für Frauen- und Kinderschutz
- der sozialen Kriseninterventionseinrichtungen
- des Finanz- und Versicherungswesens
- des Flug- und Schiffsverkehrs
- der Kindertageseinrichtungen
- der Post- und Paketzustelldienste

- der Regierungen und Parlamente
- der Hochschulen und wissenschaftlichen Einrichtungen
- im Bereich der Informationstechnik und Telekommunikation (Entstörung und Aufrechterhaltung der Netze und der Kommunikationsinfrastruktur)
- der Straßenmeistereien und Straßenbetriebe
- der Reinigungsdienste für die kritische Infrastruktur.

Außerdem gilt die neue Regelung für Lehrkräfte an Schulen, Hebammen, Rechtsanwälte und Kindertagespflegepersonen, soweit sie für das Funktionieren der kritischen Infrastruktur zwingend notwendig sind. Darüber hinaus können Kinder die Kindertageseinrichtungen und Kindertagespflege besuchen, bei denen mindestens ein Elternteil in einer systemrelevanten Berufsgruppe tätig ist und eine private Kinderbetreuung nicht anderweitig verantwortungsvoll organisiert werden kann. ■

„WIR DEMONSTRIEREN ONLINE“

1. Mai 2020 - Solidarität heißt in diesem Jahr: Abstand halten!

Seit der Gründung des Deutschen Gewerkschaftsbundes (DGB) fanden in jedem Jahr in vielen Städten Demonstrationen und Maifeiern zum Tag der Arbeit statt. Es ist einer der wichtigsten Tage für die Gewerkschaftsbewegung. Das Corona-Virus zwingt die Gewerkschaften zu einem einmaligen historischen Ereignis: Schweren Herzens mussten die Kundgebungen am 1. Mai 2020 leider absagt werden. Solidarität heißt in diesem Jahr: Abstand halten!

Die Gewerkschaften in der DGB-Region Rostock-Schwerin möchten diesen Tag zum Anlass nehmen, sich bei den Kolleginnen und Kollegen zu bedanken, die uns, mit hohem Risiko für die eigene Gesundheit, vor dem Virus schützen

zen, unsere Versorgung gewährleisten und die öffentliche Sicherheit aufrechterhalten. Ob Pflegerinnen und Pfleger, Ärztinnen und Ärzte, die Kassiererinnen und Kassierer im Supermarkt, die Einsatzkräfte bei Polizei, Feuerwehr und Rettungsdiensten, die Beschäftigten bei Ver- und Entsorgungsdiensten, LKW- und Bus-Fahrerinnen und -Fahrer oder das Zugpersonal und viele andere – sie haben unseren Respekt und unsere Solidarität.

Die Corona-Pandemie bedeutet ein Leben im Ausnahmezustand. Viele sorgen sich um ihre Existenz. Diejenigen, die von den wirtschaftlichen Folgen der Pandemie besonders betroffen sind, die um ihre Existenzgrundlage fürchten oder um die ihrer Familien, die von Betriebsschließungen, Kurzarbeit oder Geschäftsaufgabe bedroht sind, brauchen Solidarität und Unterstützung.

Die Gewerkschaften setzen sich dafür ein, dass ihre Arbeit ange-

messen gewürdigt wird und sie anständige Arbeitsbedingungen haben, dass ihr Arbeitsplatz und ihr Einkommen gesichert bleiben. Fabian Scheller, DGB Regionsgeschäftsführer Rostock-Schwerin, sagt: „Auch und gerade in Zeiten der Krise ist es wichtig, sich in den Gewerkschaften zu engagieren und gemeinsam für gute Arbeit zu kämpfen.“

Unter dem Motto „Wir sind da. Wir sind viele. Wir demonstrieren online.“ startet der DGB am 1. Mai, 11 Uhr, ein interaktives Online-Livestream-Event aus dem Gewerkschaftshaus in Berlin – zu sehen auf www.dgb.de/

erstermai sowie unter dem Hashtag #SolidarischNichtAlleine auf YouTube, Facebook und Instagram. ■ rostock-schwerin.dgb.de www.dgb.de/erstermai



„ICH ARBEITE GERN MIT DEM ZUFALL“

Dr. Dorothea Walz ist Sprachdozentin und freischaffende Künstlerin

„Ich male in erster Linie für mich, mir gefallen meine Bilder“, sagt Dorothea Walz. Genau diese Herangehensweise möchte sie auch ihren Schülern beim Kurs „Urban Sketching“ vermitteln, den sie seit vergangem Jahr an der Volkshochschule gibt. Vor allem aber gehe es hier darum, seine Umgebung durch Hinschauen und Zeichnen besser wahrzunehmen. Urban Sketching bedeute schließlich, rauszugehen und Alltagssituationen festzuhalten. „Das kann auf dem Marienplatz sein, ein Straßenmusiker, der die Leute unterhält, oder einfach ein schönes Gebäude“, erläutert sie. Dazu genügen ein Bleistift oder ein Kugelschreiber und ein einfaches Blatt Papier. Sie selbst habe oft ihr Skizzenbuch dabei, in das sie ihre Beobachtungen zeichnet, so entstehe ein Tagebuch in Bildern.

Die Kunst hat Dorothea Walz bereits von klein auf begleitet. Dabei scheute sie auch nicht vor aufwendigeren Techniken zurück. „Schon mit 13 oder 14 Jahren habe ich meine ersten Radierungen angefertigt“, blickt sie zurück. „Auf die Idee bin ich gekommen, als wir Armbänder, Schälchen und andere Gegenstände aus Kupfer mit Bildern und Mustern verziert haben.“ Das Verfahren dazu gleicht im Prinzip dem zur Herstellung der Druckplatten für Radierungen.

Noch heute arbeitet sie gern mit dieser Methode. Einige der so entstandenen Arbeiten hängen derzeit im städtischen Kulturinformationzentrum (KIZ), das leider momentan nicht geöffnet ist. „Metamorphosen“ heißt die Ausstellung. Sie umfasst aber nicht nur Radierungen, sondern auch andere Bilder, die vor allem mit Mischtechniken entstanden sind.

Hierfür grundiert sie die Leinwand, lässt die Schicht trocknen und schaut, welche Strukturen durch das Aufplatzen beim Trocknungsprozess entstehen. Anschließend gibt sie dem Werk Farbe, bevorzugt Acryl. „Der Zufall ist für mich ganz wichtig, mit dem arbeite ich gern“, erläutert sie. „Auf diese Weise entstehen vor allem abstrakte Landschaften, aber auch ganz abstrakte Bilder.“



Dorothea Walz mit einem kürzlich von ihr geschaffenen Kunstwerk

Foto: S. Krieg

Obwohl sie die Kunst schon fast ihr ganzes Leben begleitet, rückte das Künstlerische für Dorothea Walz viele Jahre in den Hintergrund. Erst ab 2006 habe sie sich wieder intensiv damit befasst. Zuvor legte die gebürtige Karlsruherin ihr Hauptaugenmerk auf Sprachen. In Heidelberg studierte sie Altphilologie – das hieß vor allem Latein – und Romanistik; sie promovierte sogar auf dem Gebiet.

Die Nähe zu Frankreich und die damit verbundenen vielen Besuche im Nachbarland veranlassten sie zunächst, Französisch zu lernen. Inzwischen spricht sie auch Italienisch, Portugiesisch und Spanisch. Bei der Berufswahl habe sie sich gegen die Kunst und für „die sichere Seite“, die Sprachen, entschieden. Nach ihrem Studium blieb sie zunächst in Heidelberg, wo sie in der Universitätsbibliothek lateinische Handschriften katalogisierte. Danach lehrte sie an der Uni Latein. Wegen mangelnder Perspektiven verließ sie die Universität und ar-

beitete als freie Redakteurin für mehrere Verlage an Lateinschulbüchern. Vor 18 Jahren zog es sie nach Schwerin. „Die Ostsee, die Mecklenburgischen Seen, die weiten Landschaften hier im Nordosten begeistern mich nach wie vor“, sagt die Wahlschwerinerin.

Auch in ihrer neuen Heimat blieb sie Freiberuflerin. An die Schweriner Volkshochschule ging sie bereits 2008 als Dozentin, diesmal für Italienisch. Gern reist sie auch nach Italien – nicht zuletzt, um ihre Sprachkenntnisse frisch zu halten. Dem Lateinischen blieb sie aber treu. Zum Beispiel in Form der Texte von Ovid. Der römische Dichter lebte um das Jahr 0 und schrieb unter anderem ein gigantisches Gedichtwerk über den Anfang der Welt und ihre Geschichte bis zu Beginn unserer Zeitrechnung.

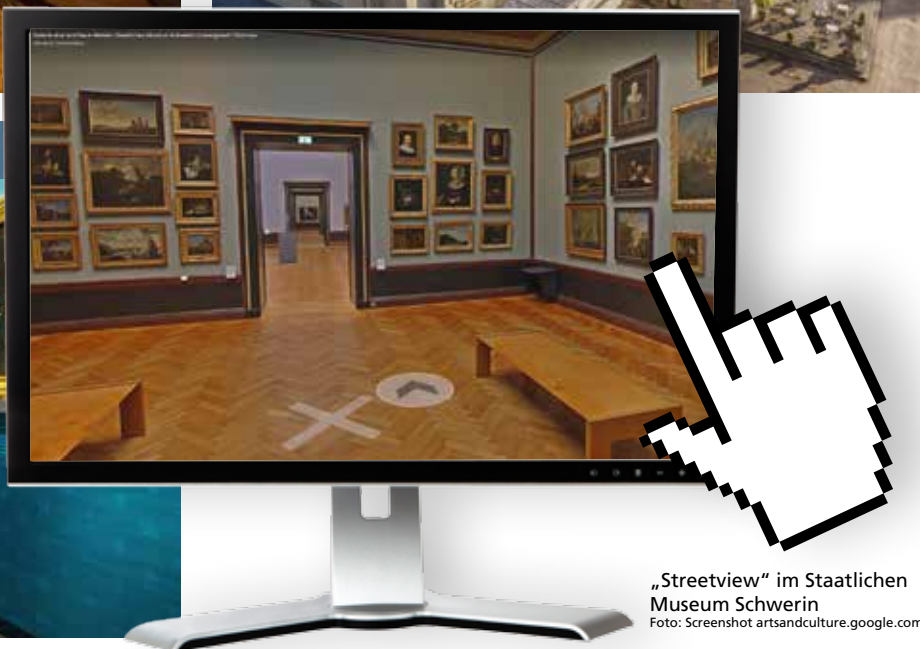
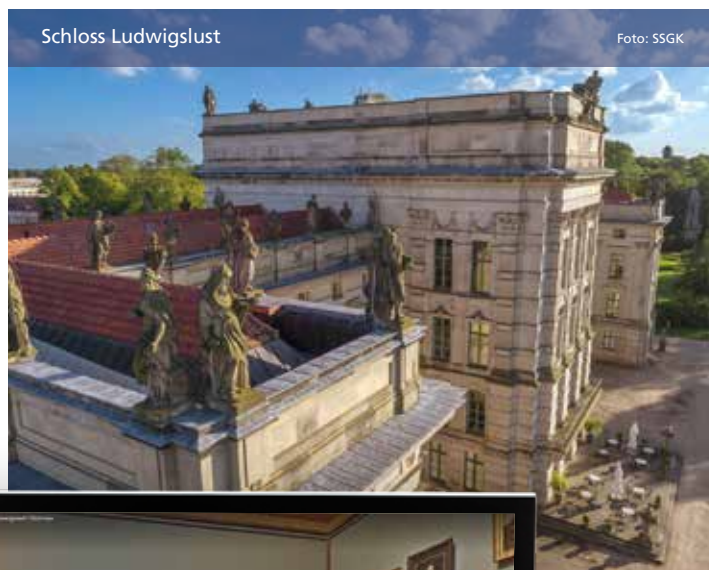
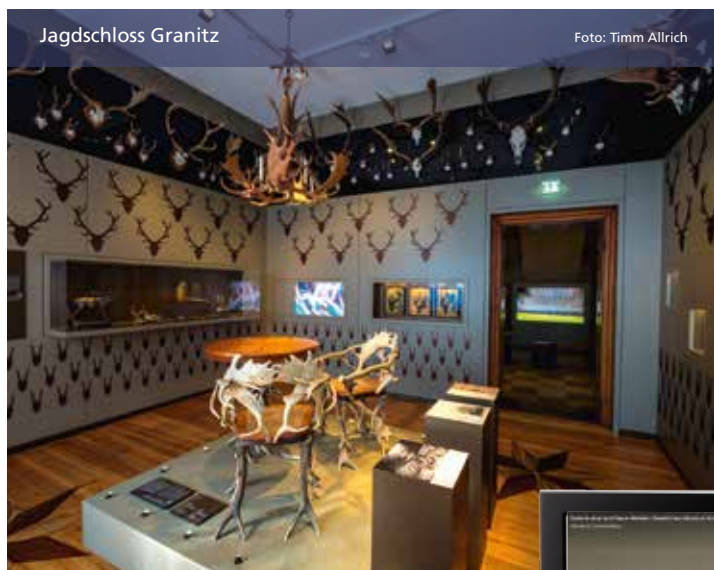
„Metamorphosen“ heißen Ovids Verbücher – und damit nicht zufällig so wie die Ausstellung von Dorothea Walz im KIZ. Sie habe sich davon inspirieren lassen, sagt

sie. Die Radierungen illustrieren diese Schriften von Ovid. So finden sich bei der Künstlerin unter anderem die Lykischen Bauern wieder, der großspurige Phaeton und Daphne, die in einen Lorbeerbaum verwandelt wird. Sie sagt: „Ovids Mythologie lässt sich auch sehr gut auf die Gegenwart übertragen. Die Geschichte von Phaeton zum Beispiel, der sich überschätzt und bei seinem Himmelsritt einen Weltenbrand ausgelöst hat, kann man als Metapher für den Klimawandel ansehen. Leichtsin, Egoismus und Anmaßung spielen jeweils eine wesentliche Rolle.“

Dorothea Walz hat auch schon eine Menge Bilder für eine Ausstellung im schweizerischen Ascona fertig. Die Eröffnung musste sie leider verschieben. Sie hofft, dass es im Mai endlich losgehen kann. Jetzt hat sie erstmal Zeit, weitere Kunstwerke zu schaffen – abstrakte Bilder genauso wie Skizzen aus dem Alltag. S. Krieg ■

VIRTUELLE RUNDGÄNGE MÖGLICH

Online besondere Einblick in Schlösser und Kunstsammlungen genießen



Alle Häuser der Staatlichen Schlösser, Gärten und Kunstsammlungen Mecklenburg-Vorpommern (SSGK) können auch virtuell besucht werden. Dafür steht ein vielfältiges digitales Programm bereit.

Dr. Pirko Kristin Zinnow, SSGK-Direktorin, sagt: „Wir bieten den Interessierten aller Altersstufen auch während der Schließung einen Zugang zum Staatlichen Museum und den Schlössern. In vielfältigen Formaten wie virtuellen Rundgängen durch die Sammlungen, Hörspielen, kurzen Filmen und täglich neuen Posts im Social-Media-Bereich sind wir für Sie da. Für die Ausstellung ‚Dänische Gäste. Malerei aus drei

Jahrhunderten‘ bereiten wir derzeit digitale Einblicke vor.“

Auf der Website www.museum-schwerin.de kann der Besucher durch die virtuelle „Barocke Pracht – Stillleben der Schweriner Niederländersammlung“, entstanden in Kooperation mit Google Arts & Culture, spazieren. Hochaufgelöste Abbildungen zeigen Details der Gemälde und sorgen für ein neues Seherlebnis, das bei einem normalen Rundgang durch das Staatliche Museum so nicht möglich wäre.

Ein weiterer virtueller 360-Grad-Rundgang rückt mehr als 300 Gemälde berühmter Meister wie Rubens, Jan Brueghel d. Ä. und Frans Hals in den Blick.

Auch einige Filme sind online unter www.museum-schwerin.de eingestellt, so der vom ZDF 2019 gedrehte Kulturspot „Entdecke das Kind in dir“ sowie das Making-of dieses Spots, das die Filmarbeiten im Museum erlebbar werden lässt. Schüler des Schweriner Gymnasiums Fridericianum erzählen in Hörspielen Geschichten zu Gemälden; in kurzen Videos erklären Kinder Marcel Duchamp. Zudem informieren täglich neue Posts bei Facebook und Instagram über alle musealen Themen. Derzeit stehen Gemälde aus der Ausstellung „Dänische Gäste“ mit Informationen zu Künstlern und Bildinhalten im Mittelpunkt. Auch „Barocke Pracht“ ist auf den

Social-Media-Kanälen zu finden: Stillleben des goldenen Zeitalters, besonders die üppigen Blumenstillleben, werden hinsichtlich Bildkomposition und Symbolen der Vergänglichkeit erläutert.

Auch die Schlösser der SSGK können virtuell besucht werden: Auf www.mv-schloesser.de laden Spaziergänge durch ausgewählte Räume der landeseigenen Schlösser und besondere 360-Grad-Blicke in die staatlichen Gärten und Parks rund um die Uhr zum Kulturgenuß ein. Mit wenigen Klicks lassen sich die Touren starten und je nach Schlossensemble verschiedene Rundgänge erleben.

■
www.mv-schloesser.de
www.museum-schwerin.de

KINDER, KLEIDET MAGGIE EIN!

Ausmal- und Bastelspaß für Mädchen und Jungen / Gutscheine zu gewinnen!

Maggie, das fröhliche-flauschige Maskottchen der Schweriner Marienplatz-Galerie, bleibt auch in schwierigen Zeiten immer fit und gut gelaunt. Ihr seht's ja: Daumen hoch!

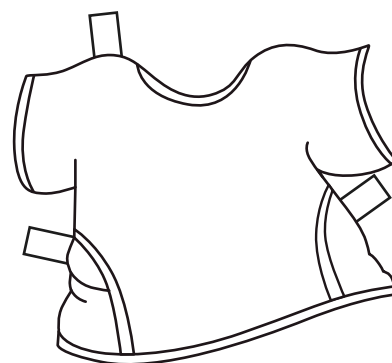
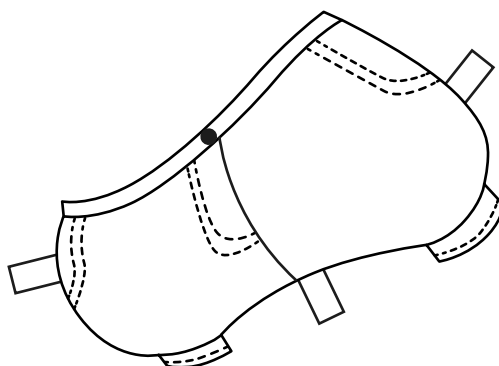
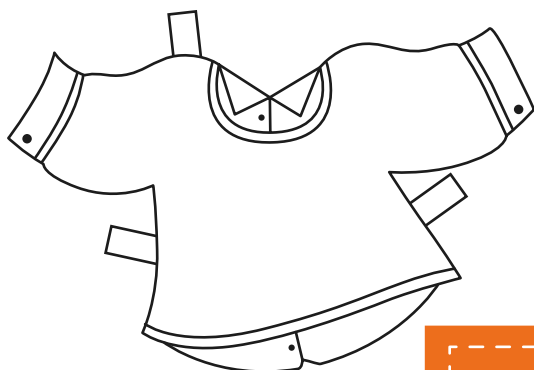
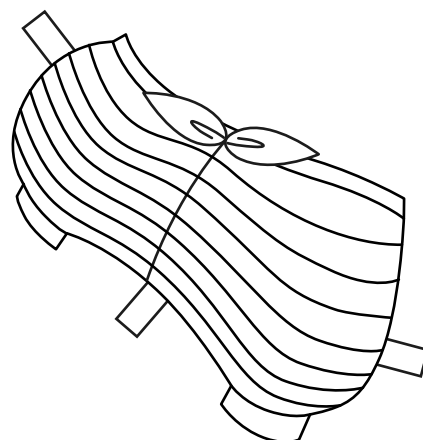
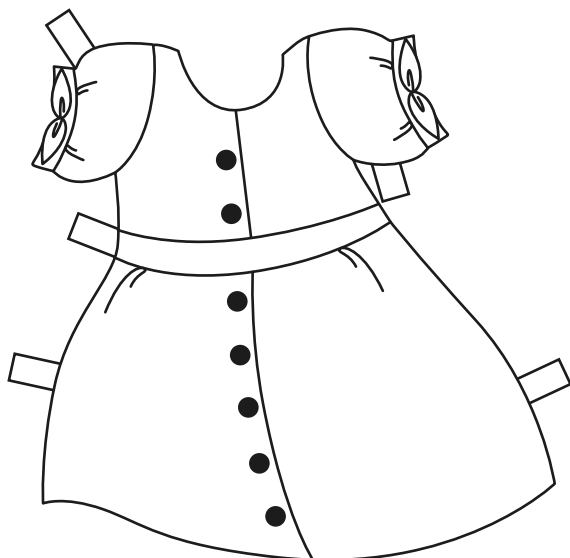
Aber, oh Schreck!, sie hat gar keine Sachen an. Und sie wirkt etwas blass. Kinder, da müsst ihr was ma-

chen. In der Marienplatz-Galerie gibt es viele Läden, die tolle Kleidung anbieten, aber Maggie kann gerade nicht hingehen und shoppen. Trotzdem möchte sie so gern hübsch angezogen sein. Gut, dass es euch gibt, Kinder. Schnappt euch Schere und Bunt- oder Filzstifte, und los geht's!

Wenn ihr fertig seid, schickt ihr uns per Mail eure Maggie-Fotos. Es lohnt sich, denn unter allen Einsendungen verlosen wir fünf Einkaufsgutscheine

für die Marienplatz-Galerie im Wert von 20 Euro. Unsere Adresse lautet redaktion@schwerin.live. Einsendeschluss ist der 8. Mai.





BASTELANLEITUNG

Malt die Sachen auf dieser Doppelseite schön bunt aus. Eurer Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt. Und dann gebt ihr der großen Maggie links ordentlich Farbe. Ihr flauschiges Fell darf auch gern ganz anders aussehen, als es hier abgebildet ist.

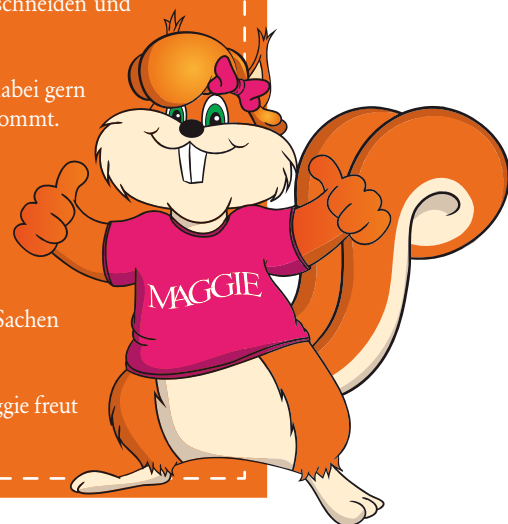
Ihr könnt auch zusätzlich die Logos hier unten auf der Seite ausschneiden und aufkleben.

Dann schneidet ihr Maggie und ihre Sachen aus. Ihr dürft euch dabei gern helfen lassen, wenn ihr mit der Schere noch nicht so gut zurechtkommt.

Aufpassen, dass beim Ausschneiden die Laschen mit dran bleiben! Das sind die kleinen Rechtecke ringsum.

Jetzt könnt ihr beginnen, Maggie anzuziehen. Dazu legt ihr die Kleidungsstücke an die passende Stelle auf eure Maggie und knickt danach die Laschen vorsichtig nach hinten um, damit die Sachen nicht wieder von ihr herunterrutschen.

Ihr dürft Maggie nun so oft umziehen, wie ihr möchtet, denn Maggie freut sich wie die meisten Mädchen über neue Klamotten.



Für unsere Veranstaltungstipps blicken wir dieses Mal aus aktuellem Anlass schon in den Herbst und Winter.

SA
05.09.

Bonnie Tyler & Albert Hammond
Pop, Rock
Freilichtbühne, 19 Uhr

SA
05.09.

Inga Rumpf
Rock
Speicher, 20 Uhr

FR
11.09.

Hotel Bossa Nova
Latin, Jazz
Speicher, 20 Uhr

SA
12.09.

ABBA-Review
ABBA-Coverband
Speicher, 21 Uhr

SO
13.09.

Tag des offenen Denkmals
mit Führungen und Vorträgen
mehrere Einrichtungen in Schwerin, 11 bis 18 Uhr

MI
16.09.

Maurenbrecher trifft Nussbaumer und Wester
Singer, Songwriter, Pop
Speicher, 20 Uhr

DO
17.09.

Gisela Steineckert und Dirk Michaelis
Programm „Wo wär denn Heimat ...“
Buchhandlung Thalia (Schlosspark-Center), 20.30 Uhr

FR
18.09.

Vocal Recall: „Irgendwas stimmt immer“
Musikkabarett
Speicher, 20 Uhr

**„Ich will dem Schicksal
in den Rachen greifen;
ganz niederbeugen soll
es mich gewiß nicht.“**

Ludwig van Beethoven

**WIR SPIELEN FÜR SIE WEITER ...
IM NETZ!**

mecklenburgisches-staatstheater.de



NECK
LEIN
BURG
BOHES
STAATS
THEA
TER

SCHWERIN // PARCHIM

JEMAND LUST AUF EINE KREUZFAHRT?

David Foster Wallace: „Schrecklich amüsant“

„Schrecklich amüsant, aber in Zukunft ohne mich“ lautete das Fazit von David Foster Wallace, nachdem er eine Woche auf dem 47.000-Tonner „Zenith“ (von ihm gleich zu Beginn in „Nadir“ umgetauft) durch die Karibik geschippert ist – zusammen mit einer Menge Amerikaner, die seiner Schätzung nach insgesamt etwa 21.000 Pfund wogen.

Eigentlich sollte Wallace nur eine Reportage für ein Hochglanzmagazin schreiben, aber letztlich wurde ein ganzes Buch daraus. Ein guter Beobachter menschlicher Verhaltensweisen wie er hatte nach einer Luxuskreuzfahrt eben eine Menge zu erzählen.

Er schreibt Dinge wie: „Ich habe blässliche Hosenanzüge gesehen, Sakos von menstruaalem Rosa, braunviolette Trainingsanzüge und weiße Freizeitschuhe, die ohne Socken getragen wurden.“ Und dass er nun wisse, „was es heißt, wenn man vor



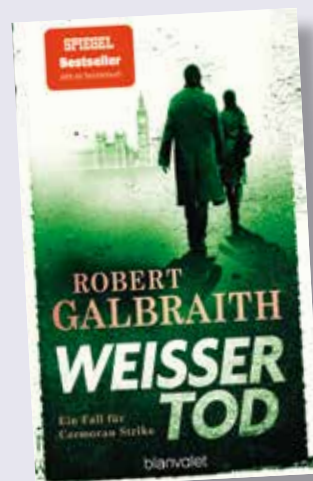
der eigenen Toilette Angst hat“. Er sinniert über luxuriöses Essen und „abgeranzten“ Kaviar, über Tontaubenschießen, die „kolossale Lapislazuli-Kuppel des Himmels“ und immer wieder über die Eigenarten der anderen Passagiere. Wallace' Text wurde von dem preisgekrönten Übersetzer Marcus Ingendaay ins Deutsche gebracht. S. Krieg ■

EIN WIRRWARR AUS SCHULD UND GIER

Robert Galbraith: „Weißer Tod“

Mit Harry Potter hat sich Joanne K. Rowling in die Herzen von Millionen Lesern geschrieben. Kinderbuch, Fantasy, Gesellschaftsroman – irgendwie steckt von allem etwas darin. Bei den Geschichten um den Privatdetektiv Cormoran Strike, die Rowling unter dem Pseudonym Robert Galbraith schreibt, ist schnell klar: von Kinderbuch keine Spur. Es sind rasante Krimis, raffiniert konstruiert, und genauso spannend, wie es Leser aus den Potter-Büchern kennen.

„Weißer Tod“ heißt der vierte Fall für Cormoran Strike. Die in sich geschlossene Geschichte führt bis in die oberen Kreise des Parlaments. Alles beginnt mit Billy, der eines Tages bei Strike auf dem Sofa sitzt, offensichtlich psychische Probleme hat und behauptet, die Ermordung eines Kindes beobachtet zu haben. Die Spur, der Strike zusammen mit seiner Geschäfts-



partnerin Robin anfangs nur mit einer Mischung aus Neugier und Pflichtbewusstsein folgt, führt bald in ein Wirrwarr aus Schuld und Gier, Manipulation und Ehrgeiz. Das mündet in einen trickreich eingefädelten Mord – Überraschungen inklusive. K. Haescher ■

VON DEN GEHEIMNISSEN DES SUMPFLANDES

Delia Owens: „Der Gesang der Flusskrebse“

„Der Gesang der Flusskrebse“ führt in die weiten Marschen North Carolinas. Dort lebt Kya in einer Hütte im Sumpf, nach der Flucht der Mutter und der großen Geschwister allein mit dem prügeln-den Vater. Sie versucht, irgendwie durchzukommen. Das wird noch schwieriger, als auch der Alte auf Nimmerwiedersehen verschwindet – und mit ihm die ohnehin nur sporadisch eintreffenden Dollars. Doch das Mädchen behauptet sich in der Wildnis und lernt die Marsch kennen wie keine Zweite.

Eingewoben in die Geschichte ist der Kriminalfall um einen jungen Mann, der vom Gezeitenwachturm in den Tod stürzt. Kya war seine Geliebte und wird des Mordes beschuldigt. Sie, die Verlassene, hat von der nahegelegenen Stadt, die sie nur als Außenseiterin wahrnehmen will, nichts zu erwarten. Delia Owens vermischt in ihrem Roman



den Kriminalfall mit einer Liebesgeschichte und die Schilderung einer großartigen Landschaft mit dem Plädoyer für deren Schutz. Wer ihr zuhört, glaubt das Marschland zu sehen, zu riechen und zu hören – und manchmal auch die Maiskuchen zu schmecken, die sich Kya so oft in der Pfanne bäckt.

K. Haescher ■

DER DIE FARBE WEISS NEU ERFUNDEN HAT

Hartmut Esslinger: „Genial einfach“

Die Produkte mit dem abgebissenen Apfel als Logo wurden nicht nur wegen ihrer Funktionalität, sondern auch – wahrscheinlich sogar vor allem – ihres Designs wegen zu Kultobjekten, und das schon weit vor iPhone und iPad.

Steve Jobs und dessen früherer Mitstreiter Steve Wozniak sind allen ein Begriff, die sich ein bisschen für die Geschichte von Apple interessieren. Aber wer kennt schon Hartmut Esslinger? Dabei spielte der Produktdesigner, der bereits als Student eine Firma (heute „frog design“) ins Leben rief, eine außerordentlich wichtige Rolle bei der Entwicklung des Erscheinungsbilds der Apple-Macintosh-Computer. Auf Esslinger geht zum Beispiel das inzwischen ikonische Apple-Weiß zurück.

In seinem Buch „Genial einfach“ gibt er einen ausführlichen Einblick in einen wichtigen Abschnitt Designgeschichte. Er erläutert seine



Arbeitsweise, beleuchtet teils die Historie von Apple und erzählt auch ein bisschen Autobiografisches. Die vielen Fotografien und Zeichnungen aus dem Apple-Archiv sind mehr als nur Illustrationen, denn sie lassen „Genial einfach“ auch als Bildband funktionieren, der Designfreunden und Apple-Fans viele Aha-Momente beschert.

S. Krieg ■

Für unsere Veranstaltungstipps blicken wir dieses Mal aus aktuellem Anlass schon in den Herbst und Winter.

Leif Tennemann und Frank Fröhlich
Programm: „Liebe, Triebe, Ostseestrand“
Buchhandlung Thalia (Schlosspark-Center), 20.30 Uhr

SA
19.09.

Rosie
AC/DC-Coverband
Speicher, 21 Uhr

SA
19.09.

Schweriner Seenrunde
Jedermann-Radrennen
Alter Garten (Start), 9.30 Uhr

SO
20.09.

Gene Caberra Band
Rock, Blues, Soul
Speicher, 21 Uhr

FR
25.09.

„MV-Foto unterwegs: Marokko“
Bildervortrag von Manfred Scharnberg
Volkshochschule (Puschkinstraße 13), Aula, 19 Uhr

MI
07.10.

Chris Kramer & Beatbox'n Blues
Beatbox, Blues
Speicher, 21 Uhr

FR
09.10.

Matthias Machwerk
Programm: „Vom Neandertaler zum Alimentezähler“
Buchhandlung Thalia (Schlosspark-Center), 20.30 Uhr

SA
10.10.

Sarajane
Rock
Speicher, 21 Uhr

SA
10.10.

Blackbird
Pop, Rock
Speicher, 20 Uhr

DO
15.10.

Ulla Meinecke
Rock
Speicher, 20 Uhr

FR
16.10.

Nacht des Wissens
Vorträge, Führungen, Erlebnisse
zirka 30 Einrichtungen in Schwerin, 17 bis 24 Uhr

SA
17.10.

Ulla Meinecke
Rock
Speicher, 20 Uhr

SA
17.10.

Ingo Oschmann
Comedy
Speicher, 20 Uhr

FR
23.10.

Schweriner Kulturnacht
Kunst und Kultur vielerlei Art
diverse Anbieter in Schwerin, u.a. Theater und Museen, ab 18 Uhr

SA
24.10.

Nobody Knows
Folk-Rock
Speicher, 21 Uhr

SA
24.10.

Santiano: „MTV unplugged“
Pop, Schlager, Shantys
Sport- und Kongresshalle, 20 Uhr

SO
25.10.

Für unsere Veranstaltungstipps blicken wir dieses Mal aus aktuellem Anlass schon in den Herbst und Winter.

MI
28.10.

Diana Salow und Band Sweet Vanilla
musikalische Krimi-Lesung
Buchhandlung Thalia (Schlosspark-Center), 20.30 Uhr

FR
30.10.

The Fugitives
Indie-Folk
Speicher, 21 Uhr

SO
01.11.

Annemarie Eifeld: „Ich feier euch“
Schlager, Singer/Songwriter
Speicher, 20 Uhr

FR
06.11.

Sara Niemietz feat. Snuffy Walden
Singer/Songwriter
Speicher, 20 Uhr

FR
06.11.

Chris Tall: „Schönheit braucht Platz“
Comedy
Sport- und Kongresshalle, 20 Uhr

SA
07.11.

Jens lädt ein – Thalia-Nacht
Disco und Live-Musik
20 Uhr, Tanzstudio Schlebusch (Ex-Thalia, Geschwister-Scholl-Straße)

SA
07.11.

Klezmers Tochter
Klezmer
Speicher, 20 Uhr

DO
12.11.

Nacht der Gitarren
Jazz u. a.
Speicher, 20 Uhr, auch 13.11., 20 Uhr

SA
14.11.

Monika Mertens, Dominik Bartels, Jörg Schwedler
Lesung „Die lustigste Nebensache der Welt“
Buchhandlung Thalia (Schlosspark-Center), 20.30 Uhr

SA
14.11.

The Chris Slade Timeline
Rock
Speicher, 21 Uhr

FR
20.11.

Creedence Clearwater Revived
Rock
Sport- und Kongresshalle, 19.30 Uhr

FR
20.11.

Chin Meyer: „Leben im Fluss“
Kabarett
Speicher, 20 Uhr

DO
26.11.

Roland Kaiser: „Alles oder dich“
Schlager
Sport- und Kongresshalle, 20 Uhr

FR
27.11.

Comedynacht
Moderation: Michael Genähr
Speicher, 20 Uhr

SA
28.11.

Advent im Hof
Kunsthandwerk- und Designmarkt
Schleswig-Holstein-Haus, 12 bis 18 Uhr, auch 29.11., 11 bis 17 Uhr

MO
30.11.

Angelo Kelly & Family: „Irish Christmas 2020“
Schlager, Pop
Sport- und Kongresshalle, 19 Uhr

EINE KRISE, EIN VIERTEL, VIELE SCHICKSALE

Almudena Grandes: „Kleine Helden“

Stärke in der Krise: Davon erzählt Almudena Grandes mit ihrem Buch „Kleine Helden“. Globalisierung und Wirtschaftskrise haben das Leben der Menschen in einem Viertel von Madrid schwer geschüttelt. Die Auswirkungen sind manchmal klein, manchmal dramatisch. Sebastian verliert seinen Job und muss mit Mitte 40 wieder bei den Eltern einziehen. Diana färbt sich die Haare allein, um Geld für den Friseur zu sparen. Und in Amalias Friseursalon steht jetzt ein Karton, in dem sie Lebensmittel für Bedürftige sammelt. Als auch noch das Gesundheitszentrum geschlossen werden soll, gehen die Nachbarn gemeinsam auf die Straße – auch wenn einige noch nie demonstriert haben. Der Zusammenhalt wächst und damit die Erkenntnis, was wichtig ist: Familie. Gesundheit. Selbstachtung. Grandes zeichnet ihre Figuren mit



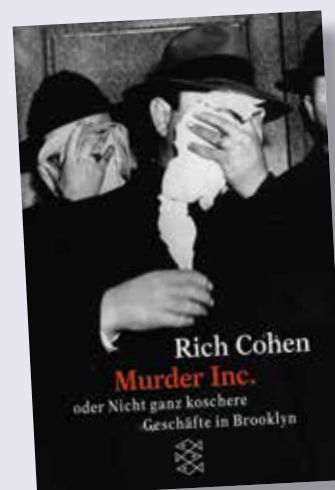
viel Feingefühl. Sie nimmt die Leser mit in die verschiedenen Leben, die sie verwoben hat, im Guten, wie im Schlechten. Am Ende lässt sie es Amalia auf den Punkt bringen: „Das Leben ist schön, nicht wahr? Aber hin und wieder auch zum Kotzen.“ **K. Haescher** ■

TOCHTERFIRMA FÜR AUFTRAGSMORDE

Rich Cohen: „Murder Inc.“

Wer an die großen Gangster aus der New Yorker Unterwelt denkt, hat sicher in erster Linie die Sizilianer und anderen Italiener vor Augen, die sich in den Familien der La Cosa Nostra, der amerikanischen Mafia, zusammengeschlossen haben. Aber zumindest in der Zeit der Prohibition, die von 1919 bis 1933 dauerte, und ein paar Jahrzehnte danach mischte ebenfalls eine ganze Reihe einflussreicher jüdischer Verbrecher mit. Beim Alkoholschmuggel übertrafen sie sogar die Italiener.

Eine Reihe von ihnen erledigte aber auch für die La Cosa Nostra die Schmutzarbeit. Zusammen mit italienischen Ganoven, die zumeist nicht direkt der Mafia angehörten, bildeten sie ab 1931 eine eigene Organisation. Da die La Cosa Nostra somit eine Art Tochterfirma für Auftragsmorde gegründet hatte, gab die Presse der Bande den Namen „Murder Inc.“. Anhand akribisch



recherchierten Materials erzählt Rich Cohen in „Murder Inc.“ die Geschichte dieser Männer auf sehr unterhaltsame Weise – ein Sachbuch spannend wie ein Kriminalroman. Gleichzeitig liefert der Autor einen kleinen Einblick in das jüdische Leben New Yorks jener Tage. **S. Krieg** ■

HELGE ALS AUTOR IN BESTFORM

Helge Schneider: „Zieh dich aus, du alte Hippe“

„Zieh dich aus, du alte Hippe“ ist Helges erster Roman – und auch sein bester. Das mal vorweg. Und noch eins gleich am Anfang: Der Bürgermeister war der Mörder. „Was soll das Spoilern? Da ist doch gleich die Spannung wech!“, werden Sie sich jetzt entrüsten.

Nein, liebe Krimifreunde, ist sie nicht. Denn obwohl „Kriminalroman“ draufsteht, ist nicht wirklich einer drin. Außerdem erfährt der Leser auch schon sehr frühzeitig, wer es getan hat. Anders als Kommissar Schneider, der erst nach Zurücklegen grotesker Umwege den Übeltäter dingfest machen kann.

Und letztlich kommt es in dem – nun ja – Roman sowieso nicht darauf an. Sondern auf die Erzählweise des Autors, auf die Sprache, auf die Absurditäten. Es steht ja auch „Helge Schneider“ auf dem Buchdeckel, und der ist wirklich drin – nicht nur als sein Alter Ego Kommissar



Schneider. „Zieh dich aus du alte Hippe“ wirkt oft genauso improvisiert wie Helges Liveauftritte.

Wer mit Schneiders Humor nichts anfangen kann, wird das Buch kopfschüttelnd weglegen. Ich aber habe schon beim Lesen der ersten Seiten Tränen gelacht. *S. Krieg* ■

WENN NICHTS MEHR IST, WIE ES MAL WAR

Dörte Hansen: „Mittagsstunde“

Jeder, der das Dorfleben kennt, wird es in Dörte Hansens Roman „Mittagsstunde“ wiederfinden – egal, ob er auf dem Land aufgewachsen ist oder dort als Fremder misstrauisch beäugt wurde. Und da spielt es keine Rolle, dass Brinkbüll in Nordfriesland liegt: Es könnte überall sein, nur dann eben ohne Deich. Hierher kehrt Ingwer Feddersen zurück, um sich während eines Sabbatjahrs um seine alten Großeltern zu kümmern. Die Großmutter dement, der Großvater unerschütterlich am Tresen seines Dorfkrugs und in dem Wunsch, selbigen nebst dazugehörigem Leben an Ingwer zu vererben.

Hansen erzählt klug, lakonisch und niemals sentimental, wie es ist, wenn nichts mehr ist, wie es mal war. Was wird mit den Alten, wenn die Jungen woanders sind? Mit dem alten Bauern, der plötzlich keine Kuh mehr im Stall hat, weil



Landwirtschaft wie Industrie funktionieren muss? Und dem Fortschritt, den nicht jeder erlebt, weil die Dorfstraße jetzt asphaltiert ist? „Mittagsstunde“ ist ein Heimatroman und ist es auch nicht. Oder besser gesagt: ein Heimatroman, der dieses Genre frei von Kitsch neu definiert. *K. Haescher* ■

Für unsere Veranstaltungstipps blicken wir dieses Mal aus aktuellem Anlass schon in den Herbst und Winter.

Advent im Hof

Kunsthandwerk- und Designmarkt
Schleswig-Holstein-Haus, 11 bis 17 Uhr

SO
29.11.

„MV-Foto unterwegs: Antarktis“

Bildervortrag von Volker Janke
Volkshochschule (Puschkinstraße 13), Aula, 19 Uhr

MI
02.12.

Keller: „Unter demselben Mond“

Singer/Songwriter
Speicher, 20 Uhr

DO
03.12.

The Airlettes

Chanson
Speicher, 20 Uhr

FR
04.12.

Paul Millns

Bluesrock
Speicher, 20 Uhr

SA
05.12.

Cavalluna – Geheimnis der Ewigkeit

Pferdeshow
Sport- und Kongresshalle, 14 Uhr und 18.30 Uhr, auch 6.12., 14 Uhr

SA
05.12.

Heinz Rudolf Kunze: „Wenn man vom Teufel spricht“

Lesung
Buchhandlung Thalia (Schlosspark-Center), 20.30 Uhr

SA
05.12.

Stoppok

Rock, Folk, Blues, Singer/Songwriter
Speicher, 20 Uhr

DO
10.12.

Sweetie Glitter

Glamrock
Speicher, 21 Uhr

FR
18.12.

DOSEN STATT ROSEN!

AM 10.05.2020 IST MUTTERTAG



KINO verschenken an 365 Tagen im Jahr
Online auch 24/7 · fimpalast.de

fimpalast
CAPITOL SCHWERIN

SEEFÄHRERROMANTIK MIT MUSIK

Santiano gastieren auf ihrer „MTV Unplugged“-Tour am 25. Oktober in Schwerin

Seefahrerromantik, verbunden mit eingängigen Melodien, einer ordentlichen Handvoll Schlager und ein bisschen Folkrock – so lautet das seit 2011 bewährte Rezept der Band Santiano. In jenem Jahr wurde die Band gegründet. Die fünf Männer haben sich zwar nicht gesucht, aber gefunden. Im vergangenen Jahr nun hat die Band ihr erstes Akustik-Album veröffentlicht. Es erschien in der Reihe „MTV Unplugged“. Und damit sind die Männer aus Schleswig-Holstein nun auch auf Tour. Schon die Ankündigung eines Santiano-„MTV Unplugged“-Konzerts schürte in der deutschen Musiklandschaft die Vorfreude auf etwas ganz Besonderes. So mischten am Ende auch eine Menge Gäste bei der Live-Aufnahme des Albums mit: Wincent Weiss, Angelo Kelly, Ben Zucker, Oonagh, Alligatoah, und viele mehr – einer nach dem anderen packte seinen Seesack und heuerte an.



Die Gruppe um den Frontmann Björn Both (2.v.r.)

Foto: Carsten Klick

Und an einem Abend im Juni 2019 war es schließlich soweit. Santiano führten in der Kulturwerft Gollan in Lübeck, verstärkt durch langjährige musikalische Begleiter und das Wolf Kerschek Orchester, durch sämtliche Meilensteine ihrer Bandgeschichte. Es wurde ein Abend zum Erinnern.

Die Liste der Erfolge, mit denen sich Santiano den Ritterschlag eines eigenen „MTV Unplugged“-Albums verdient haben, ist lang. Mit fast vier Millionen verkauften Tonträgern, vier Nummer-eins-Alben, gefeierten Auftritten von Wacken bis zur Waldbühne Berlin und einem Publikum quer durch

alle Alters- und Gesellschaftsschichten gehören sie zu Deutschlands Größten. Die musikalische Vielfalt ihrer Gäste unterstreicht diesen Status noch und zeigt, dass Santiano meinen, was sie sagen, wenn sie von Freundschaft und Zusammenhalt auf hoher See singen. Und so schöpfen sie auch bei ihren Unplugged-Konzerten stets aus dem Vollen.

Die Liste ihrer Gassenhauer ist lang. Und die präsentiert die Band auch bei ihren Akustik-Sets. „Weit übers Meer“, „Gott muss ein Seemann sein“ und natürlich die Hymne „Santiano“ – alles dabei. Eigentlich wollte die Gruppe bereits in diesem Frühling auf ihre „MTV Unplugged“-Tour gehen. Da das nicht geklappt hat, ist Santiano nun im Herbst auf den Bühnen unserer Republik zu Gast. Am Sonntag, 25. Oktober, spielt die Band in der Schweriner Sport- und Kongresshalle.

■ www.universal-music.de/santiano

FOTOREISEN DURCH DIE WELT

Reihe „MV-Foto unterwegs“ am 7. Oktober und 2. Dezember mit interessanten Bildervorträgen

Ob Expedition oder Städtereise, ob Wanderurlaub oder Wintersport – die Welt hält für jeden sein eigenes Abenteuer bereit. Wahrscheinlich sind Reisereportagen gerade deshalb so beliebt. Man begleitet den Fotografen auf seinen Streifzügen durch fantastische Landschaften, beobachtet mit ihm exotische Tiere und ist fasziniert vom Leben der Menschen, denen er begegnet. Auch die Mitglieder des Vereins MV-Foto sind auf Reisen. Ihre Bilder werden seit vielen Jahren erfolgreich in Galerieausstellungen gezeigt. Seit Anfang dieses Jahres werden die Fotos nun zusätzlich in dem ganz neuen Format „MV-Foto unterwegs“ gezeigt.

Dieser erweiterte Rahmen lässt die Fotografen selbst zu Wort kommen. Sehr persönliche Einblicke sind dabei ebenso selbstverständlich wie mitgeliefertes fotografisches Know-how.

Am 29. Januar begann die Vortragsreihe mit einer besonderen



Die Referenten nehmen ihr Publikum virtuell mit in die Antarktis und nach Marokko.

Fotos: Volker Janke (l.), Wolfgang Scharnberg



Reise nach Äthiopien. Fotografin Anke Berger und ihr Mann stellten das ostafrikanische Land den Gästen anhand ungewöhnlicher Fotografien vor.

In diesem Jahr sind noch zwei weitere Termine in der Reihe „MV-Foto“ unterwegs geplant.

Am Mittwoch, 7. Oktober, nimmt Manfred Scharnberg das Publikum mit auf eine Bilderreise nach Marokko. Und am 2. Dezember, ebenfalls ein Mittwoch, lautet das Thema „Antarktis“; hier berichtet Volker Janke über eine der kältesten Gegenden der Erde, flankiert

natürlich von sehr schönen antarktischen Bildern.

Die Bilder-Vortragsabende finden in der Aula der Volkshochschule Schwerin (Puschkinstraße 13) statt; der Eintritt kostet an beiden Abenden fünf Euro.

■ www.mv-foto-ev.de

DIE TÜR IN EINE ANDERE WELT

Mit dem Roman „Das Puppenhaus“ hat Anna Hasenfuss ein Buch voller Spannung geschrieben

Ein Ort, an dem der Ausstieg aus der „normalen“ Welt gelingt. Ein Übergang ins Phantasereich, ins Geschichtenland, ins Anderswo – alles das hat Anna Hasenfuss in einem Puppenhaus gefunden. Es ist der Titel ihres ersten Romans, den sie unter diesem Pseudonym geschrieben hat. Sie hat diesen Namen gewählt, um ungestörter zwischen ihren beiden Lebenswelten wechseln zu können. „Das ist wie zwei Handys zu haben. Man kann eines davon bei Bedarf abschalten“, sagt die gebürtige Mecklenburgerin, die heute in Lübeck zu Hause ist.

Das Leben der Schriftstellerin also. Es begann, als Anna Hasenfuss beschloss, eine Geschichte für ihre Nichte zu schreiben. Die war damals 13 und mochte „Elfen, Zauberei und Spökenkram“. Und war dies noch etwas diffus, so hatte die Tante von der Länge der Story bereits klare Vorstellungen: zehn DIN-A4-Seiten.

Nun liegt „Das Puppenhaus“ als fertiger Roman vor ihr und es hat 254 Seiten. Protagonistin ist Rose, die aus London ins Haus ihrer verstorbenen Großmutter nach Holy-moor zieht. Per Brief hat die Großmutter um Hilfe gebeten – erstaunlich, ist sie doch seit zehn Jahren tot. Genauso erstaunlich und geheimnisvoll geht es weiter in der Geschichte, in der sich vor Rose und ihren Freunden im schottischen Hochmoor eine Parallelwelt auftut: mit grauisigen Katzentrollen, unfreundlichen Bäumen und einer Hexe, die alte Rechnungen begleichen will.

Die Geschichte, sagt Anna Hasenfuss, ist beim Schreiben gewachsen. Schnell sei klargeworden, dass Roses Abenteuer ganze Kapitel füllen würden. War wieder eins fertig, schickte es die Autorin an Freunde, die gern Testleser waren und schließlich auch an den Schauspieler Peter Grünig vom Lübecker Theater. „Er muss schließlich in seinem Beruf wissen, ob eine Geschichte funktioniert“, sagt die 51-Jährige und fügt hinzu: „Er hat mir dann auch mitgeteilt, wen er selbst daraus am liebsten spielen würde: Casimir McFarlane.“ Dieser erste Diener der Hexe, ihr Kater



GEWINNSPIEL

Anna Hasenfuss: Das Puppenhaus, Edition Winterwork, ISBN 978-3-960014-637-7.

SCHWERIN live verlost ein signiertes Exemplar des Romans. Schreiben Sie bis 3. Mai eine Mail mit dem Betreff „Puppenhaus“ an redaktion@schwerin.live. Wir losen unter allen Einsendern aus.

Autoren unter sich: Anna Hasenfuss ist mit vielen Büchern aufgewachsen und Mark Twain ein Schriftsteller, zu dem sie sich immer setzen kann. Foto: privat

und nun Katzentroll, gehört zum düsteren Personal der Story. Und er ist einer von denen, die bei Lesern immer wieder eine Frage provozieren: „Mögen Sie eigentlich keine Katzen?“ „Doch“, sagt Anna Hasenfuss dann und lacht: „Mein kleiner schwarzer Kater, inzwischen im Katzenhimmel, wäre für so viel Bosheit viel zu vertrottelt gewesen.“ Es sind Menschen, die sie vor Augen hat, wenn sie schreibt. Manchmal, sagt sie, glaubt sie in Menschen ein Tier zu erkennen, sei es im Erscheinungsbild oder im Gebaren. „Dann sage

ich mir, dem fehlen nur noch ein paar Schnurrhaare ...“

Nicht nur in ihrer Geschichte kann Anna Hasenfuss überraschen. Auf die Frage nach ihrer Begeisterung fürs Erzählen gesteht sie erstmal, ein ziemlich schreibfauler Mensch zu sein. „Meine Testleser mussten oft sehr lange auf die nächsten Kapitel warten.“ Dass sie darüber schimpften, wertete sie indes als gutes Zeichen. Und genauso geht es ihr ans Herz, wenn sich Menschen melden und sagen, wie sehr ihnen das Buch gefallen hat. Wenn die Buchhändlerin „Das Puppenhaus“

im Geschäft neben dem Aufsteller mit dem Neuling von Bestsellerautor Sebastian Fitzek platziert. Wenn Influencer bei Instagram und Facebook den Daumen nach oben zeigen. Dann weiß sie, dass es sich gelohnt hat, nach der Arbeit so oft zugunsten des Schreibtischs auf die Couch verzichtet zu haben.

„Vor 400 Jahren wäre ich mit den Fragen in meinem Google-Suchverlauf wahrscheinlich auf dem Scheiterhaufen gelandet“, ist Anna Hasenfuss überzeugt. Welche Dinge nutzten Hexen? Was ist drin in so einem Zaubertrank?, waren nur einige davon. Und Folter, ja auch Folter, musste sie erleben, sagt die Autorin und denkt an ihre erste Lesung. Nicht, weil das Buch durchfiel, im Gegenteil. Aber sie sei ungeheuer aufgeregt gewesen, die Reaktionen des Publikums zu beobachten: „Oh Gott, ist der jetzt eingeschlafen? Der hat mit den Augen gerollt – ist ihm langweilig?“ Solche Fragen, gesteht Anna Hasenfuss, habe sie sich gestellt, bis der Beifall sie erlöste.

Aber anders als ihr Künstlernamen sagt, fasst sie sich in solchen Situationen ein Herz – auch um für ihr Buch zu werben. Als Betriebswirtin weiß sie, wie es geht. Es gibt eine Internetseite, Merchandising und sogar ein von der gelernten Tischlerin selbst gebautes Puppenhaus, das in einem Fenster in der Wismarer Schatterau zu sehen ist.

Man merkt: Anna Hasenfuss hat Gefallen an ihrer Parallelwelt gefunden. Fortsetzungen vom Puppenhaus wird es nicht geben, die Geschichte ist zu Ende erzählt. Aber ein, zwei Figuren, deren Ende offen ist, könnten in einen neuen Plot umziehen, der bestimmt wieder in Schottland spielen könnte. „Ich find's da einfach großartig“, sagt Anna Hasenfuss. Wenngleich: Ihr nächstes Buch, dessen Gerüst bereits fertig ist, wird in Schweden und Grönland spielen: „Weil es in der Geschichte kalt sein muss“ – und das muss jetzt auch erstmal reichen, weil mehr wird sie nicht verraten. Ende dieses, Anfang des nächsten Jahres soll es soweit sein.

Katja Haescher ■

www.annahasenfuss.de

VON RENTNER ALBRECHT BIS NDR

Die Geschichte der Villa in der Schlossgartenallee 61



Die alte Villa bildet auch optisch das historische Gegenstück zum modernen Landesfunkhaus.

Foto: NDR

Wer kennt das nicht: Da steht ein schönes Haus in der Straße, hundertmal und öfter ist man schon vorbeigegangen. Aber was verbirgt sich hinter der Fassade? Welche Geschichten stecken hinter den Mauern, wer geht hier ein und aus? Denn schließlich sind Geschichten von Häusern immer auch Geschichten von Menschen. In dieser Serie wollen wir gemeinsam mit Ihnen hinter Fassaden blicken. Diesmal: die Villa in der Schlossgartenallee 61.

Wo früher vor allem Obst angebaut wurde, ließ sich Friedrich Albrecht ein schönes Anwesen errichten. Gebaut wurde das Haus ungefähr ein Jahr lang von 1916 bis Mitte 1917. Manch einem ist das Gebäude auf dem Eckgrundstück des Gebietes Tannenhof auch als Albrecht'sche Villa bekannt.

Das Schweriner Adressbuch von 1917 verzeichnet Albrecht übrigens als „Rentner“. Etwas verwirrend für heutige Begriffe. Dieser Tage würde man ihn vielleicht Rentier oder Privatier nennen. Albrecht war also ein Mann, der aus den Einkünften seiner Geldanlagen leben konnte. Lange ging das offenbar nicht gut, denn spätestens ab 1921 vermietete er Teile seiner Villa an den Obstgutbesitzer Johann Andreas Ihlefeld. Seinerzeit lautete die Adresse noch Cecilienallee 31. Bereits 1927 trug Albrechts Villa die Nummer 51. Das Gebäude wurde jedoch nicht auf wundersame Weise weitergeschohen, sondern in den Folgejahren entstanden in dieser schön gelegenen Straße nahe des Schweriner Innen-sees immer neue Häuser, so dass ent-

sprechend auch neu durchnummeriert wurde. Das ging soweit, bis man hier bei der 61 anlangte.

Bei der Zahl blieb es bis in unsere Zeit. Nicht jedoch bei der Bezeichnung der Straße. Die hieß von 1936 bis 1945 Wilhelm-Gustloff-Straße und erhielt nach dem Krieg den Namen Schlossgartenallee.

Aber nochmal zurück ins Jahr 1927. Wir haben festgestellt, dass Albrechts Villa die Einundfünfzig neben die Tür geschraubt wurde. Das ist insofern nicht korrekt, als sie zu dem Zeitpunkt schon nicht mehr dem Rentner gehörte, sondern dem Siedlungsdirektor Gerhard Falkenhagen, der außerdem die Dame Agnes Freier, geborene Freuling, in dem herrschaftlichen Gebäude wohnen ließ (in den 1930er Jahren war zudem ein gewisser Erich Freier als Bewohner verzeichnet, vermutlich Agnes' Mann).

Im Jahr 1933 ließ sich der Reichsstatthalter und NSDAP-Gauleiter Friedrich Hildebrandt fast genau

nebenan nieder – in der Villa Cecilienallee 57, wo sich heute die Waldorfschule befindet. Kurz danach schenkte ihm die Stadt ein großes angrenzendes Grundstück auf dem Gelände des einstigen Obstguts Tannenhof zu. Das passte ganz gut, weil Hildebrandt vor seiner Nazikarriere Landarbeiter gewesen ist. Der frühere Tannenhof war ein bei den lokalen Nazigrößen beliebtes Wohngebiet, das erst 1927 als solches erschlossen wurde. Viele der dortigen Häuser entwarf Erich Ben-trup.

Der Mann war auch Architekt des Hauptteils der Gau-Amtsleiter-Schule der NSDAP, die 1935 auf dem Areal Cecilienallee 61 entstand und unter anderem eine Sporthalle umfasste. Eigentümer der Villa, die sich direkt anschloss, war ab diesem Zeitpunkt der Nationalsozialistische Schulungsverein, Chef der Schule war der Gauamtsleiter Erich Rohde. Hausmeister Karl Schümann bezog 1935 in der Villa eine

Wohnung und 1941 auch der Gau-stellenleiter Bruno Jargstorf.

Auf dem Außengelände der Schule ließ Hildebrandt die von Wilhelm Wandschneider angefertigten Skulpturen „Sämann“ und „Mähmann“ aufstellen. Vielleicht zeigte sich auch hier die Verbundenheit des Reichsstatthalters zu seiner früheren Tätigkeit auf dem Acker; vor allem aber schienen die Plastiken gut dazu geeignet, das nationalsozialistische Menschenbild zu transportieren. Hildebrandt schickte in den letzten Kriegswochen seine Befehle und Durchhalteparolen vor allem aus dem Keller der Gauschule ans Volk; den nahegelegenen Bunker auf dem ehemaligen Brauereigelände Paulshöhe nutzte er nicht. Im November 1948 wurde er wegen Kriegsverbrechen hingerichtet.

Mitte 1945 zog zunächst die Sowjetische Militäradministration in die vorherige Gauschule. Ab 1948 wurde der Komplex zu einem Funkhaus umgebaut, und im Oktober 1949 fand tatsächlich der Landessender des noch jungen DDR-Rundfunks dort sein Domizil.

Im Januar 1992 begann der NDR in der Schlossgartenallee 61 mit seinem Landesfunkhaus den Sendebetrieb. Kurz darauf wurde nebenan auf dem Gelände mit dem Neubau begonnen. Endgültig fertiggestellt war das moderne Landesfunkhaus 1998. Die frühere Gauschule, in dem sich vorher der Sendesaal befand, wurde bereits 1994 abgerissen, obwohl sich die städtische Denkmalpflege dagegen ausgesprochen hatte. Albrechts Villa hingegen durfte stehen bleiben. Dort befinden sich Büroräume des NDR.

S. Krieg ■



Das Funkhaus im Jahr 1951

Foto: Stadtarchiv



WILLKOMMEN IM PARADIES!

Im April nimmt das Gartenjahr bereits ordentlich Fahrt auf

Mamertus und Pankrätius, Servatius, Bonifatius und die kalte Sophie. Das sind die Eisheiligen und ihr Erscheinen wird in der Regel ab dem 11. Mai erwartet. Danach gilt im Garten: Beet frei für Tomaten, Gurken und Zucchini, Dahlien und Begonien. Denn alle, die ein bisschen fröstelig sind, schaffen es erst jetzt, die Nacht im Garten durchzumachen.

Das soll natürlich nicht heißen, dass Gärtner nicht schon längst in den Gummistiefeln stecken. Im April müssen die Kartoffeln rein und auch die Frühbeete sind längst bestückt. Denn jetzt ist die schönste Gartenzeit. Die Frühblüher stehen in voller Pracht. Tulpen, Narzissen und Anemonen wetteifern um den Ruf der Schönsten, Kaiserkronen recken die Köpfe empor und die Polsterstauden scheinen im Blütenmeer zu schwimmen. Gut für Bienen, Hummeln und andere Insekten: Sie machen jetzt Abstecher ins Bunte. Und wer einen insekten-

freundlichen Garten hat, profitiert davon ganz besonders, wenn es um die Bestäubung der Obstgehölze geht.

TIPPS FÜR EINEN INSEKTENFREUNDLICHEN GARTEN

Er ist nicht ganz so durchgeharkt. Zumindest in einem Bereich dürfen Totholz und Laubhaufen als Rückzugsort für Insekten bleiben. Vielleicht auch eine Ecke mit Brennnesseln – die einzige Pflanze, die den Raupen des Tagpfauenauges schmeckt.

Er blüht so richtig. Seine Blumen und Blüten enthalten noch jede Menge Pollen – bei vielen modernen Sorten sind die Staubgefäße aus „Schönheitsgründen“ weggezüchtet. In diesen Fällen gibt es für Insekten nichts zu holen. Gutes Bienenfutter sind zum Beispiel Lavendel und Thymian, Disteln, Lupinen und Klee – ein weiteres Argument für mehr Natur im Garten.

Er ist natürlich auch giftfrei. Egal, welche Form von Pestizid: Es schadet Insekten und anderen Tieren und man selbst möchte ja auch nichts damit Garniertes auf dem Teller haben. Also heißt es, auf Brennnessellauge, Beinwellsud und kleine Schädlingsvertilger wie Ohrenkneifer zu setzen. Übrigens fühlen sich Ohrenkneifer in einem mit Stroh ausgestopften Terrakotatopf sehr wohl – einfach in den Garten hängen.

Wahre Gartenschätze sind natürlich auch die vielen Gemüsesorten – vor allem in einer Zeit, in der sich immer mehr Menschen gesund ernähren wollen. Wer wächst gern neben wem und wer nicht: Das ist zu klären, dann kann es losgehen. Erbsen fühlen sich in der Gesellschaft von Möhren wohl, Erdbeeren können Knoblauch und Lauch gut leiden, Kohl verträgt sich mit Mangold und Roten Beeten. Auch Vegetarier und Veganer profitieren vom klugen Gärtnern, denn manche Gemüsesorten haben einen besonders hohen Eiweißgehalt.



TIPPS FÜR BESONDERS EIWEISSHALTIGES GEMÜSE

Grüne Blätter bringen oft ein Plus bei der Eiweißbilanz. Das gilt zum Beispiel für Sorten wie Spinat, Grünkohl und Brunnenkresse, aber auch Brokkoli.

Hülsenfrüchte sind gute Proteinlieferanten – seien es nun Erbsen, Linsen, Kichererbsen oder Bohnen. Borlotti-Bohnen zum Beispiel gedeihen auch hierzulande und bringen mit ihren bunt gesprenkelten Hülsen und Samen gute Laune ins Gemüsebeet.

Nicht zuletzt sind Gärten aber auch Orte der Entschleunigung und der Erholung. Wie heißt es doch so schön: Narren hasten, Kluge warten, Weise gehen in den Garten. ■



Gelb zu Blau: Im Frühling zieht der Garten alle Farb-Register.



Marienkäfer fressen Läuse und machen sich so im Garten nützlich.



Ankunft im Insektenhotel: Es ist gut, Unterschlüpfе anzubieten.



Der Distelfalter freut sich über den Sommerflieder. Fotos: Katja Haescher

WOHNEN AM SCHWERINER SEE

Wohngebiet Wickendorf-West wird derzeit erschlossen; einige Grundstücke noch zu haben



Die Bauflächen sind derzeit vor allem bei jungen Familien gefragt, aber das Quartier eignet sich auch gut für den Alterswohnsitz.

Foto: Sparkasse Mecklenburg-Schwerin

Wohnen in schöner Lage in der Landeshauptstadt: Im Wohnquartier Wickendorf-West entstehen 145 bau-trägerfreie Grundstücke zwischen 525 und 1.500 Quadratmetern. Die vielfältigen Möglichkeiten zur Naherholung machen das Wohngebiet für Bauinteressierte attraktiv – nicht zuletzt für Schwerin-Rückkehrer.

Das Areal schmiegt sich wundervoll in die hügelige Endmoränenlandschaft am Schweriner Außensee, bis zum Wasser sind es nur wenige Minuten Fußweg.

Kein Wunder, dass die Flächen in Wickendorf-West besonders bei jun-

gen Familien sehr gefragt sind. Mehr als die Hälfte der Grundstücke wurden bereits verkauft oder sind reserviert.

Die Erschließung des Quartiers hat längst begonnen, die zukünftige Anordnung der Parzellen kristallisiert sich immer mehr heraus. Noch in diesem Jahr ist die Hochbaureife geplant, dann kann mit dem Bau begonnen werden.

Durch natürliche Hecken und Erhaltung von vorhandenen Sträuchern und Bäumen entsteht in Wickendorf ein Wohngebiet, das auch hohen ökologischen Ansprüchen genügt. Gebaut werden können hier

Bungalows, Einfamilienhäuser oder Stadtvillen mit zwei Vollgeschossen. Gerade die Variante Bungalow eröffnet eine gute Möglichkeit, sich hier einen Altersruhesitz zu schaffen.

Die Baugrundstücke werden derzeit jedoch vor allem von jungen Familien nachgefragt, die aus Schwerin stammen, mittlerweile in Hamburg oder anderen Großstädten wohnen und sich nun wieder in unserer Stadt ansiedeln möchten.

Die bislang verkauften Grundstücke gingen zu 80 Prozent an junge Familien in der Altersgruppe von 30 bis 40 Jahren. Die Walter Wiese Erschließungsgesellschaft GmbH, die

die Flächen verkauft, hat bereits Baugebiete in Wüstmark, Warnitz, Lankow und am Sodemannschen Teich erfolgreich erschlossen.

Die Vermarktung für das Wohnquartier Wickendorf-West läuft über das ImmobilienCenter der Sparkasse Mecklenburg-Schwerin. Interessenten werden gebeten, sich dort bei Margitta Maukel zu melden – per E-Mail unter der Adresse margitta.maukel@spk-m-sn.de oder telefonisch unter der Nummer 0385/5513330.

www.sparkasse-mecklenburg-schwerin.de

SCHWERIN SUCHT TALENTE

Fachkräftekampagne geht in die zweite Runde – diesmal im Norden

„Naturtalente gesucht! Arbeiten in Schwerin.“ Mit diesem Slogan wirbt Schwerin jetzt in einer groß angelegten Kampagne erneut um Fachkräfte für die Lebenshauptstadt. Während der Fokus der Aktion im letzten Jahr auf Nordrhein-Westfalen lag, richtet sie sich jetzt an Umzugswillige im Norden Deutschlands.

Dazu haben die Macher der Kampagne, die Landeshauptstadt Schwerin, die Marketinginitiative der Wirtschaft Region Schwerin und die Stadtmarketing Gesellschaft Schwerin mbH, zwei neue Motive entwickelt. Diese sind auf City-Light-Plakaten in Kiel zu sehen. Die dazugehörige Online-Kampagne wird in ganz Schleswig-Holstein ausgespielt.

Im Mittelpunkt der aktuellen Plakatwerbung stehen zwei neue Protagonisten. Nicole Menke-Borchers und Jens Dornbusch leben und arbeiten beide in Schwerin und sind überzeugte „Lebenshauptstädter“.



Nicole Menke-Borchers ist eines der neuen Gesichter für die aktuelle „Naturtalente“-Kampagne. Foto: Jörn Lehmann

Die Geschäftsführerin des Weinhauses Wöhler und der Mechatroniker erzählen ihre Geschichten bei-

spielhaft für zwei Berufsbilder, die besonders vom Fachkräftemangel betroffen sind. Die Beteiligung von

Schweriner Unternehmen an der Kampagne ist möglich und wichtig. Dafür wurde der Hashtag #ArbeitenInSchwerin entwickelt, der zum Thema Fachkräftesuche von den Schweriner Unternehmen auf ihren eigenen Social-Media-Kanälen verwendet werden kann.

Ganz gezielt wurden für die Kampagne die Stadt Kiel und der Raum Schleswig-Holstein gewählt. Laut Wanderungsdaten des Statistischen Landesamtes MV sind die Fort- und Zuzugszahlen nach und aus Schleswig-Holstein mit am höchsten. Hier ist die Wahrscheinlichkeit groß, auf potenzielle Rückkehrer und Umzugswillige zu treffen.

Diesen Trend bestätigt auch eine Analyse, die für das Fachkräfte-Kampagnenkonzept „Hör auf dein Herz, Mecklenburg“ der Wirtschaftsförderer der Region Westmecklenburg erstellt wurde, an dessen Maßnahmen sich die Landeshauptstadt ebenfalls beteiligt. ■

www.schwerin.de

FRISCHE LECKEREIEN VON DER LANDPUTE

Mecklenburger Landpute in Schwerin präsent



Auch Schaschlik ist bei der Mecklenburger Landpute zu haben. Foto: Landpute

Regionale Leckereien ganz frisch, Geflügelbratwürste, Steaks, ganze Hähnchen oder Leckereien für den Grill, auch Bio-Eier sind dabei – alles aus unserer Region. Aus Severin kommen die Verkaufswagen von der „Mecklenburger Landpute“ dienstags bis sonnabends auf die Wochenmärkte; die Filialen sind montags bis sonnabends geöffnet.

Wochenmarkt

Jeden Dienstag und Donnerstag ist die Mecklenburger Landpute auf dem Wochenmarkt in der

Schweriner Weststadt (neben dem Edeka in der Lessingstraße) präsent – dienstags von 8 bis 16 Uhr und donnerstags von 8 bis 17 Uhr.

Filialen

„Sieben Seen Center“
Montag bis Sonnabend,
8.30 bis 18 Uhr
(Telefon: 0385/615629)

„Schlosspark-Center“
Montag bis Sonnabend,
8.30 bis 18 Uhr
(Telefon: 0385/5813615)

www.landpute.de ■



Schrittweise zurück zur Normalität: Ab dieser Woche dürfen Geschäfte bis 800 Quadratmeter Größe in Mecklenburg-Vorpommern wieder öffnen – unter Einhaltung aller gebotenen Hygieneregeln. Nach der Zwangspause ist der lokale Einzelhandel mehr denn je auf die Kunden aus der Nachbarschaft angewiesen. Schon in den zurückliegenden Wochen des Shutdowns haben viele ihren Geschäften die Treue gehalten. Und die Geschäfte haben einiges möglich gemacht, um die Wünsche ihrer Kunden so gut es geht zu erfüllen.

Marlies' Schreibkiste in der Martinstraße beispielsweise hatte die virtuelle Ladentür weit geöffnet – und jetzt freut sich das Team, wieder persönlich für seine Kunden da zu sein. Pünktlich um 9 Uhr ging's am Montag los – und auch die Käufer ziehen mit und halten sich an alle Abstandsregeln. In dem kleinen Geschäft gibt es alles zum Schreiben, Kleben und Schnippeln, Verschicken, Ordnen und Sortieren. Und nicht vergessen: Auch Ranzen werden bald wieder gebraucht. Die Mitarbeiter beraten sie gern.



Geschäftsinhaber Rainer Hennings freut sich, dass „Marlies Schreibkiste“ wieder geöffnet hat. Die Kunden halten sich an die Abstandsregeln. Foto: Cordes

Auch Steffi Saeland steht seit dieser Woche wieder in ihrem **Kinderschuhgeschäft** in der Schweriner Puschkinstraße. Das ist gut – besonders deshalb, weil kleine Füße schnell wachsen und daher auch eher der Schuh drückt. In den zurückliegenden Tagen musste die Fachfrau aufs Telefon ausweichen, um ihre Kunden zu beraten. Nun ist sie wieder persönlich für Kinder und Eltern da – und mit einer bun-

ten Stoffmaske gut für die gestiegenen Hygieneanforderungen gerüstet. Damit hält sich Steffi Saeland auch an das, was in dem „Plan zur schrittweisen Erweiterung des öffentlichen Lebens“ allen Einwohnern von MV empfohlen wird: einen Mund- und Nasen-Schutz zu tragen. Auch die Abstandsregeln sollten Kunden beim Einkauf unbedingt weiter beachten.



Steffi Saeland berät ihre Kunden wieder im Geschäft. Foto: S. Krieg

WIE SCHWERINER UNTERNEHMEN TROTZ KRISE FÜR DIE KUNDEN DA SIND



Endlich wieder Zoozeit! Allerdings sind nur die Außenbereiche zugänglich – von 9 bis 19 Uhr. Foto: Zoo Schwerin

Gute Nachrichten gibt es für den **Schweriner Zoo**: Der Außenbereich hat seit dieser Woche wieder geöffnet. Damit dürfen sich auch die Tiere wieder auf andere Gesichter freuen – bisher war der Kontakt auf die Pfleger beschränkt. Wichtig: Die beliebten Zoospielplätze, die Tierhäuser und auch die Gastronomie bleiben geschlossen. „Zoozeit“ ist täglich 9 bis 19 Uhr (Kassenschluss 18 Uhr). Wer darüber hinaus tierische Begegnungen sucht, kann den ZooCampus im Netz besuchen, der extra für die Homeoffice-Zeit eingerichtet wurde. Unter dem Hashtag #zoolidarität sind kleine Filmchen zu finden, in denen Tierpfleger Wissenswertes über ihre Schützlinge – vom Helm-Kasuar bis zum Ameisenbären – erzählen. Mit Hilfe der Kamera gelangen Besucher sogar an Orte, die sonst gar nicht zugänglich sind – ins Nashornhaus zum Beispiel. Und wer seine #zoolidarität mit einer Spende zeigen möchte, findet auf der

Homepage und der Facebookseite ebenfalls Hinweise, wie's geht. Weiterhin geschlossen bleiben Kinos und Theater. Die Theater-Spielzeit 2019/2020 ist für beendet erklärt. Schon in den zurückliegenden Wochen haben die Künstler viele neue Wege ausprobiert, um mit ihrem Publikum in Kontakt zu bleiben. Das Mecklenburgische Staatstheater hat Veranstaltungen, zum Beispiel Konzerte, in den virtuellen Raum verlegt. Unter #MSTDIGITAL sind verschiedene Angebote zu finden. Auch der Schweriner Filmpalast Capitol setzt auf seine Fans, um die Krise zu meistern. So besteht die Möglichkeit, Gutscheine zu kaufen und damit den Filmpalast zu unterstützen. Wie das geht und welche Möglichkeiten es noch gibt, ist auf der Website des Capitols zu lesen. Und nicht zuletzt ist der Kauf eines Gutscheins auch eine gute Möglichkeit, die Vorfreude auf bessere Zeiten zu wecken.

Geschäfte bis 800 Quadratmeter Größe dürfen wieder öffnen / Andere Unternehmer setzen auf Außer-Haus-Versorgung, telefonische Beratung bis hin zum virtuellen Besuch



Auch in der Marienplatz-Galerie und im Schlosspark-Center dürfen Einzelhändler öffnen – entscheidend ist die Größe des jeweiligen Geschäfts. Wer mehr als 800 Quadratmeter hat, hat die Möglichkeit, die Verkaufsfläche entsprechend zu reduzieren. Henner Schacht, Manager der Marienplatz-Galerie, appelliert an alle Besucher, die geltenden Hygiene- und Abstandsregeln einzuhalten: „Wir schaffen die

Rückkehr in einen 'normalen' Geschäftsablauf nur zusammen“, sagte er und bedankte sich anschließend bei allen Kunden für ihre Treue – dies würden die Geschäfte jetzt mehr denn je brauchen. Noch gedulden müssen sich Friseur – und zwar bis zum 4. Mai. Voraussetzung ist dann, dass Mitarbeiter einen Mund-Nasen-Schutz tragen und Termine vereinbart werden.



Lydia Lörke setzt auf „to go“.

Foto: Cordes

In den Restaurants bleibt es vorerst nur beim Außer-Haus-Verkauf. Aber zumindest damit will Lydia Lörke von „Miss Törtchen“ in Schwerin ihren Kunden etwas Gutes tun: „Torten für die Seele“ heißt es bei „Miss Törtchen“. Innerhalb von Schwerin liefern die Törtchen-Spezialisten jeweils dienstags und freitags süßes Seelenfutter – entweder in Form kleiner oder großer Torten oder als

Cupcake-Box. Irish Beer, Carrot Cake und Himbeer Cheese, dazu diverse Sorten Cupcakes und vieles mehr, es ist ein Traum. Bestellt wird jeweils Montag oder Donnerstag, die Auslieferung oder Abholung ist dann am Folgetag möglich. Nähere Informationen gibt es in den sozialen Medien, zum Beispiel auf www.facebook.com/MissToertchen.



Aktuell gibt es Pizza nur zum Mitnehmen – zum Beispiel von Aked Ossi bei „Ciao Bella“ im Schlosspark-Center.
Foto: Cordes

Auch auf Pizza und Pasta muss niemand verzichten! Diese gute Nachricht kommt von **Ciao Bella** im Schlosspark-Center. Das Restaurant bietet die gewohnten Spezialitäten aktuell zum Abholen und Mitnehmen an. Alles wird frisch zubereitet und kann direkt an der Theke oder telefonisch unter 0385/20056246 bestellt werden.

den. Wer auf die Facebook-Seite klickt, kann auch einen Blick auf die Speisekarte werfen. Eins allerdings ist wichtig: Im Center selbst darf nicht gegessen werden, die Stühle im Restaurant sind hochgestellt und auch die Malls müssen frei von Sitzplätzen bleiben. Hungerige dürfen also erst draußen in die Pizza beißen.

Die Online-Vorbestellung ist aktuell im **Salädchen** in der Wismarschen Straße nötig. Von A wie Ananas bis W wie Walnüsse steht die Zutatenliste unter der Adresse www.salaedchen.com im Netz und jeder kann sich wie gewohnt seinen Lieblingssalat selbst zusammenstellen – sogar im Sitzen. Wer mag, holt sich die fertige Mischung anschließend im Laden in der Wismarschen Straße ab oder lässt sich alles

bequem vom Lieferservice nach Hause bringen.

Auch das Restaurant **Go Saleto** in der Schloßstraße hat die Bestell-Hotline geschaltet. Täglich von 12 bis 20 Uhr können Pizza, Pasta & Co. bestellt und anschließend abgeholt werden. So lässt sich ein Stückchen des Traums vom sonnigen Italien zu Hause genießen. Bestellt werden kann unter der Nummer 0385/59385858 und wer sich jetzt schon mal den Mund wässrig machen möchte, ist auf der Internetseite gut bedient.



Im Salädchen in der Wismarschen Straße mixen Frank Wunderow und sein Team auf Online-Bestellung leckere Salate.
Foto: Cordes

SO WIRD'S EIN SCHÖNER GARTEN

Experten vom Haus- und Dienstleistungsservice helfen in der „grünen Oase“

Die Gartensaison beginnt. Jetzt nach Ostern ist für viele Gartenfreunde die richtige Zeit, die grüne Oase auf Vordermann zu bringen. Das eine oder andere wurde ja be-

reits im Herbst erledigt. Aber es muss in den nächsten Wochen unter anderem noch gepflanzt und gesät werden. Dazu gilt es auch, erstmal die Beete vorzubereiten

oder überhaupt neu anzulegen. So manch einem Gartenbesitzer ist zwar durchaus bewusst, dass es ohne Mühe im Garten nicht vorwärts geht, dennoch fehlt ihm einfach die Zeit und vielleicht auch ein bisschen die Muße.

Kein Problem, denn es gibt ja professionelle Unterstützung: Das Schweriner Unternehmen Haus- und Dienstleistungsservice (HDS) hilft gern.

HDS-Geschäftsführer Christian Feichtinger erläutert: „Unter anderem zupfen wir das Unkraut und arbeiten die Beete und Rabatten auf, schneiden Ihre Sträucher und Hecken nach, schneiden die Rosen und andere Kleingehölze. Wir kümmern uns auch um Ihren Rasen: Wir mähen, vertikutieren, säen nach und stechen die Rasenkanten.“

Die Profis kommen für einzelne Einsätze in den Garten oder auch regelmäßig über die ganze Saison – je nach Kundenwunsch. „Wir

richten Ihren Garten so ein, wie es Ihren Vorstellungen entspricht“, betont Feichtinger. Der Kunde werde zudem fachlich beraten.

Übrigens bietet HDS auch Gutscheine in frei wählbarem Wert für Leistungen vielerlei Art an. ■

KAMINHOLZ
Auch in dieser Saison wieder bei uns erhältlich.



So langsam beginnt die Pflanzzeit.

Foto: Maksim Kostenko, Adobe Stock




KURZINFOS

HDS HAUS- UND DIENSTLEISTUNGSSERVICE
Werkstraße 4, Haus 2
19061 Schwerin
Telefon: 038 65 / 40 10
Mail: info@mopgirl.de
www.mopgirl.de

EIN FENSTERAUSTAUSCH LOHNT SICH

Wärmeschutzverglasung hilft zu sparen / viele weitere Vorteile moderner Fenster

Das Frühjahr ist die beste Jahreszeit, um die Sanierung von Fenstern zu planen. Alte Fenster gegen Fenster mit Wärmeschutzverglasung auszutauschen, da ihr Energieeinsparpotenzial hoch ist, rät die Energieberatung der Verbraucherzentrale.

Beim Austausch alter Fenster mit Isolierverglasungen gegen neue mit Dreifach-Wärmeschutzverglasungen kann der Wärmeverlust der Fenster um mehr als 60 Prozent reduziert werden. Anteilig können so typischer Weise 10 bis 20 Prozent Heizkosten eingespart werden.

Zusätzlich werden die Räume behaglicher, da die Innenseiten der Fenster im Winter wärmer bleiben, wodurch man sich in den Räumen wohler fühlt.

Außerdem schließen neue Fenster dicht, so dass weniger Zugluft entsteht. Der Austausch von Fenstern

wird von den Sanierungsprogrammen der KfW gefördert. Die neuen Fenster müssen dafür besser als der gesetzliche Mindeststandard sein.

Damit die neuen Fenster möglichst viel Energie einsparen, kommt es auf einige Details an. Martin Brandis, Referent Gebäudetechnik bei der Energieberatung der Verbraucherzentrale erläutert: „Es muss auf einen wärmebrückenfreien und luftdichten Einbau geachtet werden.“ Ein wirksamer Sonnenschutz muss berücksichtigt werden, damit Wohnräume in den Sommermonaten nicht zu warm werden.

Moderne Fenster bieten noch eine Reihe weiterer Vorzüge, die einen Austausch interessant machen. So wird beispielsweise der Schallschutz verbessert. Außerdem sind neue Fenster sicherer, weil sie es Dieben schwerer machen, ins Haus zu kommen. Neu auf dem Markt sind zum Beispiel die Vakuum-Verglasung und Fenster mit integriertem Touchscreen-Display. ■



Fenster mit Wärmeschutzverglasung schließen dicht, so dass weniger Zugluft entsteht.

Foto: Andrey_Popov/shutterstock.com/akz-o

BEQUEMES **ARBEITEN WEIT OBEN**

Schweriner Unternehmen ABS verleiht moderne Hebebühne

Für manche Arbeiten geht es zwangsläufig ganz hoch hinaus. Schwindelfrei sollte man dann schon sein, wenn man viele Meter entfernt vom Erdboden agieren muss. Da kommt einem so ein Helfer wie eine sichere Arbeitsbühne gerade recht. Und wenn er dann noch so stark und groß ist wie ein Dinosaurier ...

Gibt's nicht? Gibt's doch! Und diese Arbeitsbühne heißt auch noch so: „Dino 160“. Sogar bis in 16 Metern Höhe ermöglicht sie sicheres Arbeiten. Der „Dino“ kann bei vielerlei Tätigkeiten eingesetzt werden, unter anderem beim Dachreinigen, Sanieren, Dekorieren und bei der Baumpflege. Oder die Hebebühne dient als Aussichtsplattform, vielleicht für Fotografen. Aber eines mag der „Dino“ nicht: mit Farbe bekleckert zu werden. Deswegen ist er für Malerarbeiten nicht zu haben.

Der „Dino 160“ wird vermietet von dem Schweriner Unternehmen Arbeitsgeräte und Bühnenverleih, Servicedienstleistungen (ABS).

Die selbstfahrende Hebebühne ist praktischerweise nicht nur höhenverstellbar, sondern auch in der Lage, ver-

setzt in verschiedenen Winkeln zu arbeiten.

Direkt an der Arbeitsstelle wird der „Dino“ mit einem Selbstfahrmotor justiert, so dass die Hebebühne am Einsatzort exakt bis an die gewünschte Stelle heran manövriert werden kann. Das ist

zum Beispiel von Vorteil, wenn es gilt, an sonst nur schwer erreichbare Giebel heranzukommen oder in das Geäst von Bäumen zu gelangen.

Das ABS-Angebot für den Frühling: den „Dino 160“ schon für 179 Euro (brutto) mieten!

179,- EURO
inkl. MwSt. & Versicherung



Ganz oben versetzt in verschiedenen Winkeln arbeiten: Diese Hebebühne macht es möglich.

BAU-FINANZIERUNG

Von Anfang bis ZUHAUSE

Kaufen - Verkaufen - Finanzieren

spk-m-sn.de

- Bausparen - Versichern



**Sparkasse
Mecklenburg-Schwerin**



Fotos: Rainer Cordes

BAU AN B321 GEHT VORAN

Derzeit und laut Plan noch bis Ende 2021 ist die B321 zwischen Mueß und Zippendorf nur in Richtung Stadt befahrbar (Foto oben). Grund sind die Bauarbeiten zum vierspurigen Ausbau der Bundesstraße, die einen wichtigen Zubringer zur A 14 darstellt. Dies ist der erste Abschnitt der gesamten Baumaßnahme; der zweite erstreckt sich anschließend von Mueß nach Raben-Steinfeld (Foto rechts). Voraussichtlich im Herbst 2022 sind die Arbeiten abgeschlossen.



BLICK IN DIE GLASKUGEL

Ein Spaziergang rund um das Schloss Schwerin lohnt sich bei jeder Jahreszeit, aber besonders jetzt im Frühling. Unser Fotograf hat während des Rundgangs zudem einen Blick in die Glaskugel gewagt. Besonders hilfreiche Erkenntnisse über die Zukunft konnte er auf diese Art allerdings nicht gewinnen.



Foto: S. Krieg

SCHNEE VOR OSTERN

Eine bislang sehr unbekannte Bauernweisheit besagt: „Wenn es in dieser Zeit noch schneien tut, finden wir das meist nicht gut.“ „Diese Zeit“ bezieht sich hier auf die Tage Ende März, nicht weit vor Ostern. Da hatten sich manche angesichts der vielen sonnigen Stunden bereits in vorfestliche Stimmung gebracht, daheim entsprechend dekoriert – und dann das: Schnee!

RUND UM DEN BRUNNEN BL

Ende März haben Birgit Kaspari und ihre Kollegen vom städtischen Betrieb SDS die Blumenrabatten am Brunnen auf dem Grunthalplatz bepflanzt und die Blumen ordentlich gewässert, damit sie gut anwachsen. Insgesamt etwa einen Tag haben sie dafür gebraucht. Unter anderem blühen dort nun Bellis, Hornveilchen und Vergissmeinnicht. Ende Mai weichen die Frühlingsblumen dann der Sommerbepflanzung.



Sehen Sie diesen Monat auf **schwerin.live/tv** unter anderem:

E-Laden in der Marienplatz-Galerie

Casting der UFA-Talentbase

sn-live
video





Fotos: Rainer Cordes



ÜHT ES JETZT BUNT



Foto: S. Krieg

KÖPFE AUS SCHWERIN

ERNÄHRUNG SPIELT EINE ZENTRALE ROLLE

Sie leiten seit Anfang April die Vernetzungsstelle Seniorenernährung MV. Was macht diese Einrichtung konkret?

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) – Vernetzungsstelle für Seniorenernährung Mecklenburg-Vorpommern ist die erste Vernetzungsstelle in den neuen Bundesländern, die ihre Arbeit aufgenommen hat. Die finanzielle Förderung erfolgt durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) sowie das Ministerium für Landwirtschaft und Umwelt MV. Sie steht als Ansprechpartner für alle Belange rund um eine ausgewogene Seniorenernährung zur Verfügung. Nach einer Bedarfsanalyse bieten wir zielgruppenorientierte Schulungen, Webinare, Weiterbildungs- und Informationsveranstaltungen zur Verbesserung der Ernährungs- und Verpflegungskompetenz von Senioren*innen und Verantwortlichen an.

Warum wurde die Vernetzungsstelle gegründet?

Kurz gesagt, um Verantwortliche beim Angebot einer bedürfnis- und bedarfsgerechten Ernährung zu unterstützen. Das hört sich erst einmal simpel an. Ist aber viel komplexer. Die Zahl älterer Menschen

wird in den nächsten Jahren weiter zunehmen, somit auch die Lebenserwartung. Für den Erhalt der Gesundheit, der Selbstständigkeit und somit für mehr Freude und Teilhabe am Leben spielt die Ernährung eine zentrale Rolle. Viele Faktoren haben Einfluss auf die Nahrungsaufnahme, zum Beispiel physiologische Veränderungen im Alter, körperliche Behinderungen oder die finanzielle Situation, um nur einige zu nennen. Es geht zum Beispiel darum, Mangelernährung vorzubeugen. Ein wichtiges Handwerkszeug hierfür bieten der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung der stationären Senioreneinrichtungen“ und der „DGE-Qualitätsstandard für Essen auf Rädern“. Die Standards wurden im Auftrag des BMEL entwickelt und sind Teil von „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“.

Ich (er)lebe das Thema Essen und Trinken seit 36 Jahren als Berufung.

Hatten Sie in Ihrer beruflichen Laufbahn zuvor auch schon mit den Themenkomplexen Ernährung und Senioren zu tun?

Ich (er)lebe das Thema Essen und Trinken seit 36 Jahren als Berufung. Aktuell begleite ich als Initiatorin die Stadt

Schwerin, die sich als Pilotkommune für das Projekt der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen zur Förderung von mehr Lebensqualität älterer Menschen einsetzt und beworben hat.

Was war Ihr Traumberuf als Kind und warum?

Einen direkten Traumberuf hatte ich nicht. Aber Kosmonaut zu sein, fand ich spannend, und im Zirkus zu arbeiten abenteuerlich (*lacht*). Und irgendwie hatte ich bis jetzt in meiner Berufswelt von beiden ein bisschen.

Wie verbringen Sie Ihre Freizeit am liebsten? Zählt Kochen eigentlich zu Ihren Hobbys?

In meiner Freizeit bin ich flexibel. Von faul rumliegen bis die Welt retten ist alles dabei. Kochen zählt tatsächlich nicht zu meinen Hobbys. Ich fotografiere sehr gern.

Interview: S. Krieg ■



Foto: Rainer Cordes

**Simone Gladasch, 52 Jahre
Leiterin des Projekts Vernetzungsstelle Seniorenernährung MV
Info: www.fitimalter-dge.de**

IMPRESSUM

Herausgeber

Kreativlabor GmbH
Geschäftsführung: André Harder
Wismarsche Straße 170 · 19053 Schwerin

Redaktion

Wismarsche Straße 170 · 19053 Schwerin
Tel.: 03 85/63 83 281
Fax: 03 85/63 83 289
E-Mail: redaktion@schwerin.live

Mitarbeit an dieser Ausgabe:

Anja Böck, Rainer Cordes, Katja Haescher
Stefan Krieg (Redaktionsleiter, V.i.S.d.P.)
Anne Niedermeyer

Anzeigen

André Harder (Ltg.), Stefan Schubert
Tel.: 03 85/63 83 270
Fax: 03 85/63 83 289
Mobil: 01 70/33 59 500
E-Mail: anzeigen@sn-live.de

Gesamtherstellung

büro v.i.p.
Wismarsche Straße 170 · 19053 Schwerin
Tel.: 03 85/63 83 270
E-Mail: gutentag@buero-vip.de

Erscheinungsweise

monatlich

Auflage

55.000 Exemplare

Verteilung

Kostenlos in alle erreichbaren Haushalte in Schwerin – LSGMV

Nachdruck, auch nur auszugsweise, ist nur mit Genehmigung (schriftlich) des Verlages gestattet. Für unverlangt eingesandte Texte, Fotos, Bücher, Zeichnungen oder sonstige Unterlagen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Für die Inhalte der gekennzeichneten Unternehmensseiten sind die Unternehmen selbst verantwortlich, Kürzungen bleiben vorbehalten. Fotos, Anzeigen, Redaktion und PR, die der Verlag erstellt hat, dürfen nicht anderweitig genutzt werden.

FR Die nächste Ausgabe
22.05. **SCHWERINlive** erscheint am 22.05.2020

GEWINNSPIELAUFLÖSUNG

SCHWERIN live bedankt sich für die große Beteiligung. Der Lösungsbegriff der März-Ausgabe war:

FAMILIENRASEN

Einen Gardena-Streuwagen XL, zur Verfügung gestellt vom toom-Baumarkt Schwerin, hat gewonnen:

Irmtraut Stüve, Schwerin

Herzlichen Glückwunsch!

(Wer am Kreuzworträtsel-Gewinnspiel teilnimmt, erklärt sich automatisch damit einverstanden, dass sein Name und sein Wohnort im Falle des Gewinns auf dieser Seite veröffentlicht werden.)

RÄTSEL

SCHWERINlive Werden Sie Fan!
Erfahren Sie alle Neuigkeiten aus der Stadt,
tolle Aktionen und Gewinnspiele als erstes!
facebook.de/schwerinlive · instagram.com/schwerinlive



Seite 38

APRIL 2020

AUSGABE 139

italienische Alpen-see	▽	eine Steuer, Abgabe (Kw.)	Vermittlung von Wissen	▽	Gebirgs-nische	englisch: drei	▽	11	Reise-decke mit Schotten-muster	▽	Akten-bündel	hart üben	Hand-elnder
▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	Oper von Verdi	▷	▽	▽	▽
Gemüse-sorte	▽	Teil der Karpaten (Hohe ...)	▷	▽	▽	▽	▽	▽	katalanischer, mallorqu. Artikel	▽	Abk.: Rotes Kreuz	▷	▽
Fußball-straßstoß (Kw.)	▷	▽	▽	12	globale Kälte-periode	▷	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽
▽	4	Brat-gefäß	▽	Ehren-zeichen aus Metall	▷	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽	▽
schweizerischer Ur-kanton	▽	Presse-arbeit (engl. Abk.)	10	 Drei Gutscheine im Wert von 20 Euro für die Marienplatz-Galerie zu gewinnen!					Beruf in der Textil-industrie	ge-brauchs-fertig	▽	▽	▽
Figur bei Fontane (... Briest')	▷	▽	▽						▽	▽	6	▽	▽
▽	▽	▽	▽						▽	▽	▽	seem.: an-werben	▽
spitzes Gebilde an Glet-schern	▽	Haupt-stadt Nica-raguas	nordi-sches Götterge-schlecht	▽	tech-nisches Gerät	▽	bad, Wein-anbau-gebiet	engli-scher Komiker (Mr. ...)	▷	▽	Abk.: a conto	▽	▽
Teufels-rochen	▷	▽	▽	▽	an-ständig, ehrlich	▷	▽	▽	7	▽	▽	▽	▽
▽	1	Volks-stamm in Südafrika	▽	an-ständig, ehrlich	▷	▽	▽	▽	7	▽	▽	▽	▽
Nieder-wild	▽	Lampen-art	▷	2	Satz beim Tennis (engl.)	▷	▽	▽	franzö-sisch: elf	▽	▽	▽	▽
▽	3	▽	▽	▽	▽	▽	▽	schmal	franzö-sisch: wo	▷	9	▽	▽
Flüssig-keits-trans-porter	▽	Walart	▷	▽	Abk.: vor Zahlung	▽	Flach-land	▷	▽	▽	▽	▽	▽
▽	▽	tropi-sche Baum-steppe	8	▽	▽	▽	▽	▽	Abk.: zur Ruhe	▷	▽	▽	▽
Ausruf des Nichtge-fallens	▽	Tagung, Konfe-renz	▷	▽	▽	▽	▽	5	japan. Verwal-tungs-bezirk	▷	▽	▽	▽

Eine E-Mail mit dem Lösungswort, Ihrem Namen und der Betreffzeile Rätsel SL 04-2020 bitte bis zum **3. Mai** an: redaktion@schwerin.live

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Körbeweise gute Ideen.

In Deutschlands ältester Strandkorbmanufaktur auf Usedom

- ✓ Werksverkauf, attraktive Angebote
- ✓ Werksführungen Do, 10:00 Uhr in der Saison, bei mehr als 10 Pers. auch an anderen Tagen nach Vereinbarung

Korbwerk Usedom GmbH & Co. KG
Waldbühnenweg 2, 17424 Heringsdorf
www.korbwerk.de

Alle Schulte, Neues Design

Made in Germany

DAS ORIGINAL

aus Heringsdorf

AUF 4 ETAGEN IN PAMPOW BEI SCHWERIN.

MICI

DAS MODEHAUS

JETZT VORBEISCHAUEN

Schon gehört?
MICI hat wieder
geöffnet 🤩

WOW!!!
Endlich shoppen
auf 4 Etagen 🥰

NEU: UNSER MARKEN-OUTLET

**JUGENDWEIHE · ABI-BALL · HOCHZEITSMODE ·
EINSCHULUNG · BUSINESSMODE · PREMIUM-MARKEN**

www.modehaus-mici.de

Lindenweg 6 | 19075 Pampow | Mo - Fr 10.00 - 19.00 Uhr | Sa 09.30 - 18.00 Uhr



#mvhältzusammen



Unsere Mobilitätsangebote für Sie

**Auch in unsicheren Zeiten bedeutet Mobilität Sicherheit –
das wissen wir und wollen Sie unterstützen:**

Online-Prämie für Gebrauchtwagen:

**bis zu 1.000 €* Prämie
beim Onlinekauf**

Unsere Unterstützung für Geschäftskunden:

**Wir zahlen Ihre ersten
3 Leasingraten****

*Gültig für ausgewählte Fahrzeuge aus dem Bestand der Gebr. Ahnefeld GmbH & Co KG bis 31.5.2020.

**Gültig für Geschäftskunden und für alle sofort verfügbaren Neuwagen aus unserem Lagerbestand. Nur in Verbindung mit einem neu abgeschlossenen Leasingvertrag. Nicht mit anderen Angeboten kombinierbar. Die Gebr. Ahnefeld GmbH & Co. KG, Hagnower Chaussee 1b, 19061 Schwerin, trägt ab Leasingbeginn drei monatliche Leasingraten aus dem abgeschlossenen Leasingvertrag mit der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasing-Vertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Bonität vorausgesetzt. Als Verbraucher steht Ihnen ein gesetzliches Widerrufsrecht zu. Bonität vorausgesetzt. Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes. Das Angebot gilt bis zum 31.05.2020. Irrtum, Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten.

Alle Informationen zu den Angeboten unter www.autohaus-ahnefeld.de

Ahnefeld

Gebr. Ahnefeld GmbH & Co. KG
Hagenower Chaussee 1b, 19061 Schwerin
T 0385 64 600 0, F 0385 39 410 75
Schwarzer Weg 1, 19370 Parchim
T 03871 6310-0, F 03871 6310-11

