

JOURNAL

eins

DAS MAGAZIN FÜR WESTMECKLENBURG

2020 | 4
www.journal-eins.de



WISMAR
GREVESMÜHLEN
GADEBUSCH
ZARRENTIN
BOIZENBURG
WITTENBURG
HAGENOW
LUDWIGSLUST
GRABOW
PARCHIM
LÜBZ
NEUSTADT-GLEWE
STERNBERG
PLAU AM SEE

MV HÄLT ZUSAMMEN

Gesichtsmasken
helfen schützen

FANTASIEWELT

Die Autorin Anna Hasenfuss
und ihr erster Roman

18

LIEBLINGSPLATZ

Die schönsten Balkone
Westmecklenburgs gesucht

32

MIT

DOC
aktuell
GESUNDHEIT IST UNSER THEMA

WAS IST LOS?
Seiten 22-25

Aus über 600 attraktiven Vorführwagen

- ✓ A-Klasse ✓ B-Klasse ✓ C-Klasse ✓ E-Klasse Limousine
- ✓ E-Klasse T-Modell ✓ GLC Coupé ✓ CLA Coupé
- ✓ CLA Shooting Brake



VORFÜHRWAGEN

STERNE DEAL 2020

PKW - AKTION

Lassen Sie sich bei uns vor Ort von unseren Vorführwagen überzeugen, treffen Sie Ihre Wahl unter unseren top-ausgestatteten **Vorführwagen der A-, B-, C-Klasse, E-Klasse Limousine, des E-Klasse T-Modells, GLC Coupés, CLA Coupés sowie CLA Shooting Brakes** und entscheiden Sie sich bis 30. Juni:

0,00 % effektiver Jahreszins¹

oder

1.000 € Sofort-Rabatt

oder

2.000 € Inzahlungnahme-Prämie²

Zum Beispiel **A 180 d Limousine** als Vorführwagen, EZ 02/20, 5.000 km, Progressive, 7G-Automatik, MBUX, Navigationssystem, aktiver Parkassistent inkl. PARKTRONIC, LED, Klimaautomatik, Sitzheizung vorne u.v.m.

Ein Plus3-Finanzierungsbeispiel der Mercedes-Benz Bank AG für Privatkunden¹

Laufzeit	48 Monate
Gesamtlauflistung	30.000 km
Kaufpreis	28.590,00 €
Anzahlung	4.150,00 €
Gesamtkreditbetrag	24.440,00 €
Zinsen	0,00 €
Sollzinsen gebunden p.a.	0,00 %
Effektiver Jahreszins	0,00 %
Gesamtbetrag des Darlehens	24.440,00 €

48 mtl. Gesamtfinanzierungsraten á **199,- €**

Bei Option der Fahrzeugübernahme:

Schlussrate als 49. Rate in Höhe von **14.895,39 €**

Unsere Aktionsfahrzeuge finden Sie auch online unter **sternedeal.de**

Aktion gültig für ausgewählte Vorführwagen mit Auftragseingang und Übernahme bis 30.06.2020. Nicht mit anderen Verwerter-rabatten kombinierbar. Nur solange Vorrat reicht.

¹ Ein Finanzierungsbeispiel der Mercedes-Benz Bank AG, Siemensstraße 7, 70469 Stuttgart. Weitere Informationen zu den Konditionen und zum Abschluss eines Finanzierungsvertrages erhalten Sie von uns. Ist der Darlehens-/Leasingnehmer Verbraucher, besteht nach Vertragsschluss ein gesetzliches Widerrufsrecht nach §495 BGB. Gemäß Darlehensbedingungen ist durch Verbraucher für das Fahrzeug eine Vollkaskoversicherung abzuschließen.

² Inzahlungnahme-Prämie gemäß den Richtlinien der Mercedes-Benz Gebrauchtwagen-Inzahlungnahme.

Mercedes-Benz

Das Beste oder nichts.



STERNAUTO
RUSS&JANOT Sternagel

Anbieter: Stern Auto GmbH | Martin-Luther-Ring 12 · 04109 Leipzig; Partner vor Ort:
Stern Auto GmbH | Autorisierter Mercedes-Benz Verkauf und Service | Bremsweg 4 · 19057 Schwerin
Telefon 0385 4888-0 | sternauto-gruppe.de | follow us

DIE THEMEN

- 4-5 Titelthema
- 6 Giora Feidman gastiert
- 7 Parchim bedankt sich
- 8 Stellenmarkt
- 9-13 Doc aktuell
- 14 Virtuelle Rundgänge
- 15 Gartenparadies
- 16 Kita-Betreuung



18 Porträt Anna Hasenfuss

- 17 Audi Zentrum Schwerin
- 18 Porträt
- 19 Virtuelles Landesmuseum
- 20-21 Marienplatz-Galerie
- 22-25 Was ist los?
- 26-27 Hansestadt Wismar
- 28-29 Ludwigslust-Parchim
- 30-31 Nordwestmecklenburg
- 32 Mecklenburger Fassaden
- 33 Model im Autohaus



32 Hinter Mecklenburger Fassaden

- 34 Bauen und wohnen
- 35 Maidemonstration online
- 36-37 Aus der Region
- 38 Rätsel und Impressum
- 39 Modehaus MICI
- 40 Autohaus Ahnefeld



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



- Arbeiten
- Wohnen
- Betreuen



**LEWITZ-
WERKSTÄTTEN**
gGmbH

Für den Kita- und Wohnbereich
suchen wir

**Heilerziehungspfleger,
Erzieher und
Sozialpädagogen (m/w/d)**

Heide-Feld 9
19370 Parchim
Telefon 03871 6282-0
jeske@lewitz-werkstaetten.de
www.lewitz-werkstaetten.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 Textilersteller, 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 Schulklass 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

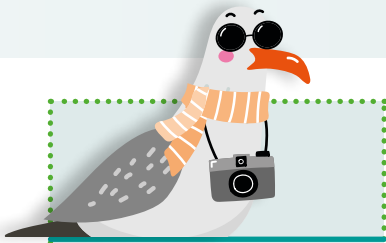
Grüne Straße 1, 19055 Schwerin
0385/5932978
info@weidner-pelze.de

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, dass er aus naheliegenden Gründen Teewurst nannte.

MATTI SAGT ...

Leider stimmt die Geschichte wohl nicht. Vielmehr mutmaßen Wursthistoriker, dass die Bezeichnung eher darauf zurückgeht, dass Schnittchen 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 Teewursthappen ... 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 Matti

(notiert von Stefan Krieg)

KLEZMER TRIFFT BEATLES

Giora Feidman und Rastrelli Cello Quartett am 28. August in Ludwigslust

Die Faszination für die Beatles erreichte Giora Feidman erstmals im Jahre 1964, als er sich gerade in den USA aufhielt. Und sein Gefühl sagte gleich, da war etwas Besonderes an diesen Jungs, die würden ganz groß herauskommen. „Es steckte eine unheimliche Kraft in ihrer Musik, und im Grunde war ich ihr Fan von Anfang an“, sagt er.

Seit 2017 geht Giora Feidman gemeinsam mit dem renommierten Rastrelli Cello Quartett unter der Leitung von Kira Kraftzoff mit dem Programm „Feidman plays Beatles“ auf Tour. Bereits die ersten Konzerte sorgten für eine Sensation. Hier trafen die Liebhaber der Klezmermusik auf Beatles-Fans und erlebten ein Feuerwerk der Gefühle. Dieses Jahr möchten der „König des Klezmers“ und das Rastrelli Cello Quartett nun das Programm unter dem Namen „Klezmer meets Beatles“ in neuem Glanz erstrahlen lassen.

Zu hören sein werden neben Meisterwerken der Klezmermusik auch bekannte Werke der Fab Four. Mit der virtuellen Umsetzung der fabelhaften und nahezu genialen Arrangements ist dies Giora Feidman



Giora Feidman (M.) und seine vier Mitstreiter

Foto: Cristian Winkel

und dem Rastrelli Cello Quartett vortrefflich gelungen. Die Fangemeinde darf sich zu Recht auf einen außergewöhnlichen Musikabend freuen, denn so zeitlos und generationsübergreifend wird man Giora Feidman noch nie erlebt haben. Und dies am 28. August ab

20 Uhr in der Stadtkirche Ludwigslust. Ursprünglich sollte das Konzert bereits am 27. April stattfinden, wurde aber auf den Termin im August verschoben. Eintrittskarten gibt es bereits an allen üblichen Vorverkaufsstellen.

www.giorafeidmann-online.com

FRIEDA, EMMA, STINE?

Vornamen für Handpuppen aus der Heimatschatzkiste gesucht

Wie sollen die Handpuppen aus der Heimatschatzkiste heißen? Diese Frage gibt der Landesheimatverband MV aktuell an die Kinder aus dem Land weiter und liefert gleich die entsprechenden Vorschläge mit. Für das Puppenmädchen sind Frieda, Emma, Stine, Minna und Gerda in der Vorauswahl, für den Jungen Fiete, Mattes, Paul, Hannes und Krischan. Bis zum 30. April kann jeder seine Favoriten beim Heimatverband MV (Mecklenburgstraße 31, 19053 Schwerin; Email: heimatschatzkiste@heimatverband-mv.de) einreichen. Unter allen Teilnehmern wird einmal das Handpuppenpaar und zehnmal das Regionalgeschichtsbuch „Charlie hat den Hut auf“ verlost.

Wer jetzt noch grübelt, was eine Heimatschatzkiste ist: Mit dieser vom Landesheimatverband zur Verfügung gestellten Materialsamm-

lung lernen Kinder im Vorschul- und Grundschulalter ihre Region besser kennen. Bücher, ein Naturführer, Tanzanleitungen für traditionelle Tänze mit der entsprechenden CD, Plattdeutsches und

natürlich die beiden Handpuppen gehören zu den Schätzen in der Sammlung. Das Projekt wird vom Bildungs- und Sozialministerium finanziert.

www.heimatverband-mv.de



In den Heimatschatzkisten steckt didaktisches Material zur frühkindlichen Bildung.

Foto: Steffi Meyer/ P67-Industries

DANKESCHÖN AN HELFER

Parchim macht Wertschätzung mit Plakaten im Stadtgebiet sichtbar

„Danke“ steht in großen Buchstaben auf dem Plakat an der Bushaltestelle Neuhofer Weiche in Parchim. Hier und an anderen Stationen in der Stadt und den Ortsteilen wird die Wertschätzung für die Menschen, die in der Corona-Krise Herausragendes leisten, öffentlich gemacht. Es ist ein Dankeschön an

Ärzte und Pflege, Kraftfahrer, Landwirte, Mitarbeiter in Supermärkten, an Polizisten, Feuerwehrleute und viele andere, die mit dem Satz „Zusammen schaffen wir das!“ überschrieben ist. Mit der Aktion möchte die Kreisstadt vor allem diejenigen in den Mittelpunkt rücken, die in diesen

Tagen und Wochen besonders gefordert und zugleich auch besonders gefährdet sind. „Ihnen gilt in diesen herausfordernden Zeiten unsere absolute Wertschätzung und ein ganz großes Dankeschön“, sagt Parchims Bürgermeister Dirk Flörke. Auch persönlich hat sich der Bürgermeister bereits bei den Menschen bedankt, die im Kampf gegen das Virus in der ersten Reihe stehen – ob im Krankenhaus, beim Rettungsdienst oder in Pflegeheimen. Und natürlich hängt auch vor der Parchimer Asklepios-Klinik ein Dankeschön-Banner.

Die Idee dafür stammt von der in Parchim ansässigen Werbefirma AO Design, die auch die visuelle Umsetzung vornahm. In Kooperation mit dem Rotary Club Parchim – stellvertretend für alle Firmen –, dem Sportclub Parchim – stellvertretend für alle Vereine – und der Stadt Parchim lautet die gemeinsame Botschaft: „Danke all denjenigen, die uns weiterhin beliefern, versorgen und pflegen. Danke, dass Sie für die Parchimerinnen und Parchimer da sind.“

www.parchim.de



Sie alle sagten Danke: Anna Parsons und Sascha Atapour mit Bürgermeister Dirk Flörke und Thomas Wien vom Sportclub Parchim (v. r.). Foto: Stadt Parchim

FRISCH AUSGEDACHT

Volkshochschule Ludwigslust-Parchim ruft zum Schreibwettbewerb auf

„Die ausgeleierte kleine Socke“ lautet der Titel einer kleinen Erzählung, die Regine Herbrich und ihr elfjähriger Neffe Leander Becher geschrieben haben. Und viele weitere sollen folgen – so hofft es die Leiterin der Volkshochschule Ludwigslust-Parchim und ruft Eltern, Kinder und alle anderen zum Schreiben von Mutmach-Geschichten auf.

Solche Geschichten kann aktuell wohl jeder gebrauchen: Sich nicht so unbeschwert durch die Welt zu bewegen wie sonst, keine Freunde zu treffen, viele Stunden miteinander oder ganz allein zu Hause zu sitzen, das kann mit der Zeit die Laune trüben. Ein wichtiger Teil von uns kann sich jedoch immer – auch jetzt – völlig frei bewegen: unsere Phantasie. In ihr können wir reisen, Abenteuer erleben und Feste feiern. Und deshalb ist

jetzt ein guter Zeitpunkt, um sich Geschichten auszudenken. Die müssen nicht gleich den Literatur-Nobelpreis gewinnen. Sie können auch einfach Spaß und Mut machen, die Stimmung heben und eine willkommene Abwechslung auch für andere sein.



Beim Geschichtenschreiben ist Fantasie gefragt. Foto: JustLife, Adobe Stock

Wer mitmachen und sein schriftstellerisches Talent testen möchte, kann jetzt zum Stift greifen, auf der Tastatur hämmern und die Geschichte anschließend als Text oder vorgelesen als Audio-Datei (mp3) an regine.herbrich@kreis-lup.de schicken.

Per Post klappt das mit der Adresse vhs Ludwigslust-Parchim, Postfach 1263, 19362 Parchim. Wichtig ist, alle beteiligten Schreiblinge namentlich anzugeben – gern auch mit dem Alter. Zu finden sind die Geschichten später dann unter www.kreis-lup.de/volkshochschule.

Wichtig: Aus rechtlichen Gründen können nur Geschichten veröffentlicht werden, die nicht bereits anderweitig (in Kinderbüchern, Zeitschriften oder auf Webseiten) erschienen sind.

www.kreis-lup.de

SCHLAGZEILEN AUS DER REGION

Für Kulturpreis bewerben

Noch bis zum 30. April können Vorschläge für den Förderpreis für Kunst- und Kulturarbeit mit Kindern und Jugendlichen eingereicht werden. Der Landkreis Ludwigslust-Parchim schreibt die mit 1000 Euro dotierte Auszeichnung für besonderes Engagement in Kunst und Kultur aus. Vorschläge können beim Landkreis, Büro des Landrates, Postfach 12 63, 19362 Parchim eingereicht werden – nebst einer ausführlichen Begründung.

Online-Shop startet

Unter www.nahbus-shop.de können Fahrgäste jetzt auch online Tickets für den Nahbus kaufen. Das Angebot stieß vom Start an auf großes Interesse – gefragt waren besonders Einzelfahrscheine und Hin- und Rückfahrkarten sowie Monatskarten. Fahrscheine können im Online-Shop auch vordatiert erworben werden. Personalisiert sind die Tickets nicht, so dass jeder hier auch für andere einkaufen gehen kann.

Neues Lesefutter in Sicht

Leseratten in Parchim können aufatmen: Heute öffnet die Stadtbibliothek in der Puttitzer Straße 56 wieder. Damit kehrt nach wochenlanger Schließung ein Stück Normalität ins öffentliche Leben der Kreisstadt zurück. Um weiter Ansteckungen vorzubeugen, gelten verschiedene Hygieneregeln. Die Öffnungszeiten sind auf der Internetseite www.parchim.de zu finden.

Bibliothek wieder geöffnet

Die Stadtbibliothek Wismar ist mit Einschränkungen wieder geöffnet – Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag von 10 bis 18 Uhr, Mittwoch von 13 bis 18 und Samstag von 10 bis 13 Uhr. Es gilt für alle Besucher Maskenpflicht. Das können einfache Stoff- oder Papiermasken zur Mund-Nasen-Bedeckung sein. Die Besucher werden gebeten, sich nur zum Ausleihen und Zurückgeben der Bücher in der Bibliothek aufzuhalten.

Die Rudolf Dankwardt GmbH fertigt Produkte für bekannte Unternehmen der (inter)nationalen Kosmetikbranche.

Dankwardt
Aerosols • Liquids • Emulsions

Zum Ausbau unseres Teams in **Jessenitz / Lübtheen** suchen wir kurzfristig – vorerst befristet für 2 bis 12 Monate – in Voll- oder Teilzeit

Mitarbeiter für die Herstellung (m/w/d)

In dieser Position sind Sie für die Herstellung der Füllgüter nach festgelegten Anweisungen zuständig. Sie führen Wartungs-, Kalibrierungs- und Reinigungstätigkeiten nach Vorgabe durch. Natürlich beachten Sie dabei die Unternehmensrichtlinien im Bereich Hygiene, Arbeitssicherheit und Prozessvorgaben.

Gut qualifiziert sind Sie für diese Stelle als Chemiefacharbeiter (m/w/d) oder Sie bringen Berufserfahrung in der Anwendung von Chemikalien mit. Alternativ verfügen Sie über Know-how der chemischen oder kosmetischen Industrie. Sichere Deutschkenntnisse setzen wir voraus. Sie sind bereit zur Wechselschicht und arbeiten zuverlässig, sorgfältig sowie flexibel.

Es erwarten Sie ein hochmotiviertes Team, gute Entwicklungsmöglichkeiten, ein aktives Gesundheitsprogramm, vermögenswirksame Leistungen und weitere Benefits.

Interessiert? Dann senden Sie bitte Ihre vollständige Bewerbung – möglichst per E-Mail (PDF-Datei) – unter Angabe der Kennziffer 10111 an: personal@ruda.de

Rudolf Dankwardt GmbH
Lagerstraße 15 | D-19249 Jessenitz-Werk / Lübtheen
www.ruda.de

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

Die Rudolf Dankwardt GmbH fertigt Produkte für bekannte Unternehmen der (inter)nationalen Kosmetikbranche.

Dankwardt
Aerosols • Liquids • Emulsions

Zum Ausbau unseres Teams in **Jessenitz / Lübtheen** suchen wir kurzfristig – vorerst befristet für 2 bis 12 Monate – in Voll- oder Teilzeit

Produktionshelfer (m/w/d)

Sie unterstützen uns bei der Herstellung von Produkten, wie dem Beladen von Maschinen oder dem Transport von Gütern. Reinigungsarbeiten, das Bestücken von Verarbeitungsanlagen sowie das Verpacken der Endprodukte zählen ebenso zu Ihren Aufgaben.

Dafür bringen Sie neben körperlicher Belastbarkeit, Deutschkenntnissen und einer sorgfältigen Arbeitsweise auch die Bereitschaft zur Schichtarbeit mit.

Es erwarten Sie ein hochmotiviertes Team, gute Entwicklungsmöglichkeiten, ein aktives Gesundheitsprogramm, vermögenswirksame Leistungen und weitere Benefits.

Interessiert? Dann senden Sie bitte Ihre vollständige Bewerbung – möglichst per E-Mail (PDF-Datei) – unter Angabe der Kennziffer 10112 an: personal@ruda.de

Rudolf Dankwardt GmbH
Lagerstraße 15
D-19249 Jessenitz-Werk / Lübtheen
www.ruda.de



Wir suchen dich!

Wir suchen

examinierte Pflegefachkräfte (m/w/d)
für eine Intensivpflege in Perleberg, Neustadt-Glewe,
Hagenow, Wittenburg und Grevesmühlen

Wir bieten:

- ✓ Eine familienfreundliche Dienstplangestaltung
- ✓ Sehr gute Bezahlung
- ✓ Reichhaltiges Angebot an Fort- und Weiterbildung u.v.m.

MedPool Außerklinische Intensivpflege UG (haftungsbeschränkt)

Bahnhofstr. 4 · 19306 Neustadt-Glewe · Tel. 038757-553955 · Mobil: 0176-23914700
E-Mail: mende@medpool-ausserklinische-intensivpflege.de



Foto: K.-U. Häßler, Adobe Stock

DIE PRAXEN BLEIBEN GEÖFFNET

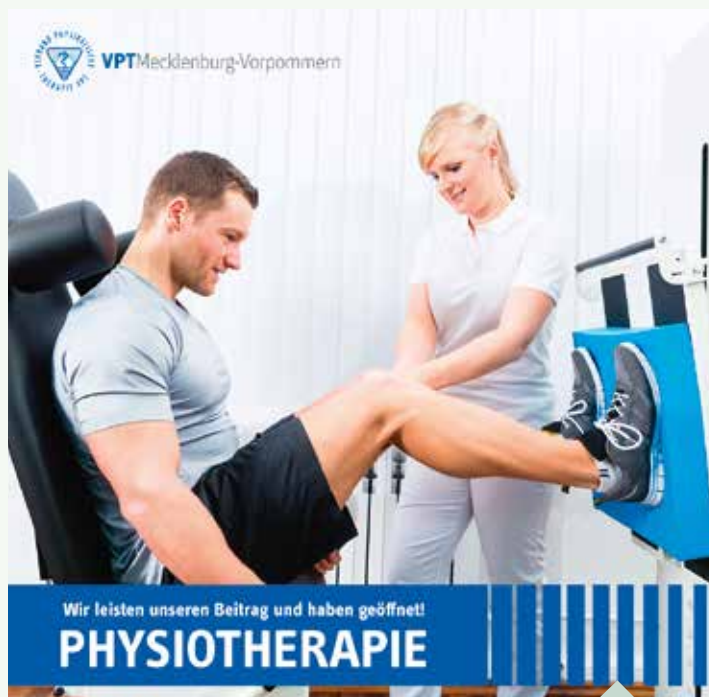
Physiotherapeuten behandeln Patienten auch während der Coronakrise wie gewohnt weiter

„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

VIELE WEGE FÜHREN ZUM ZIEL

Masken oft nur in hoher 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. Was tun?

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.

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 Lieferanten die Ware in der jetzigen Situation ausschließlich per Vorkasse anbie-

ten. 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 ein Angebot. Um Standards, Zertifizierung und faire Preise zu sichern, setzt büro v.i.p. ausschließlich auf Anbieter, mit denen eine gute Zusammenarbeit besteht.

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 vorbei schauende 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 entschlossen hat, 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 Seitensicherungen 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 Fernsehband 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 vorbeischaun 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 68 0-0
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. 03 87 1 / 26 58 32

Nikolaus-Otto-Straße 13
19061 Schwerin
Tel. 03 85 64 68 0-0 · sanitaetshaus-schwerin@kowsky.com · www.kowsky.com

Kowsky



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 HAUSE

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

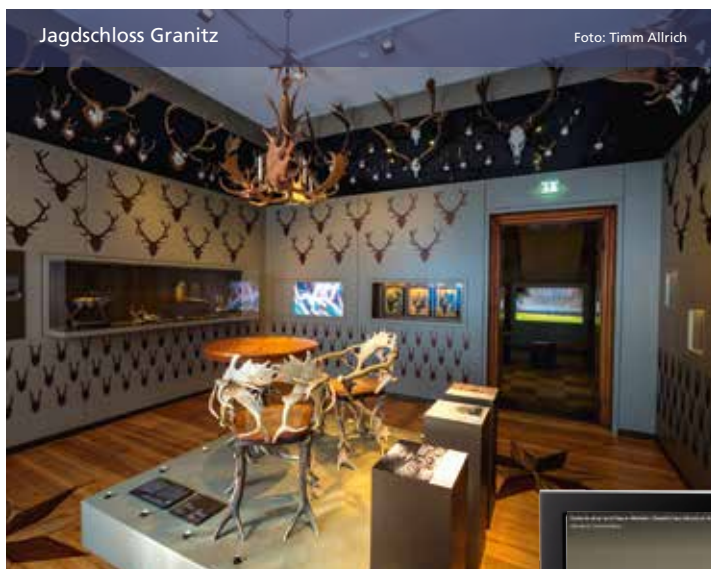
Kreuzheben. Nehmen Sie zwei Kurzhanteln in die Hände. Stehen Sie aufrecht, die Füße hüftbreit auseinander und parallel zueinander. Beugen Sie sich nun nach vorn, wobei die Knie beinahe gestreckt bleiben. Gehen Sie so weit runter, bis sich die Hände vor den Schienbeinen befinden. Bewegen Sie den Oberkörper 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! ■

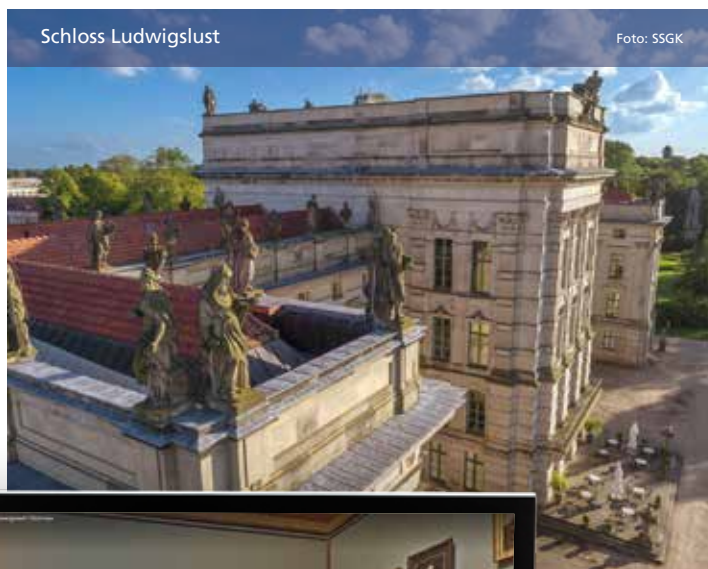
VIRTUELLE RUNDGÄNGE MÖGLICH

Online besondere Einblick in Schlösser und Kunstsammlungen genießen



Jagdschloss Granitz

Foto: Timm Allrich



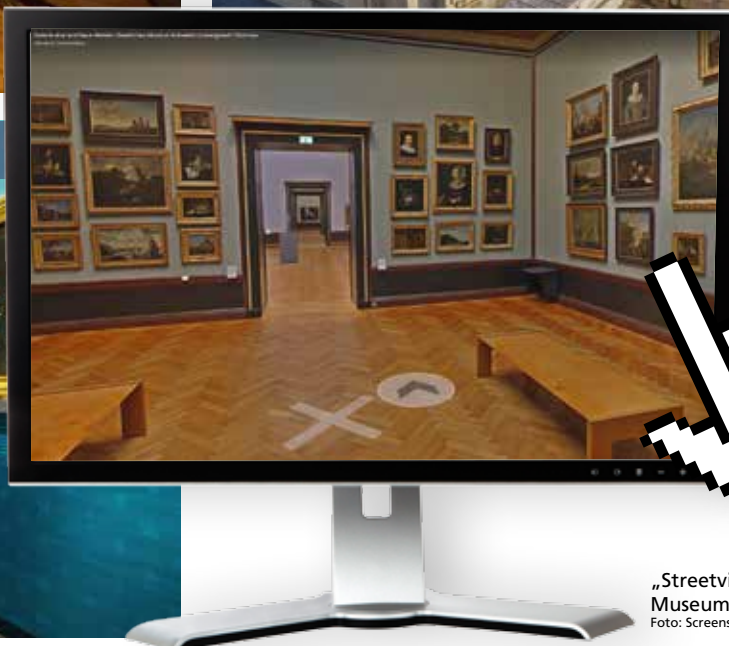
Schloss Ludwigslust

Foto: SSGK



Schloss Mirow

Foto: Timm Allrich



„Streetview“ im Staatlichen Museum Schwerin

Foto: Screenshot artsandculture.google.com

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 – Stilleben 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: Stilleben des goldenen Zeitalters, besonders die üppigen Blumenstilleben, 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



WILLKOMMEN IM PARADIES!

Im April nimmt das Gartenjahr bereits ordentlich Fahrt auf

Mamertus und Pankratius, 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“ weggezückt. 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, Unterschlüpfe anzubieten.



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

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 Bedarfsgruppen 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. ■



FRISCHE LECKEREIEN

Mecklenburger Landpute auf unseren Märkten

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

Wochenmärkte

Dienstags

Lübz, 8 bis 13 Uhr

Mittwochs

Parchim, 8 bis 14 Uhr

Sternberg, 8 bis 13.30 Uhr

Wittenburg, 8.30 bis 13 Uhr

Boizenburg, 8 bis 13 Uhr

Donnerstags

Crivitz, 8 bis 15 Uhr

Ludwigslust, 8.30 bis 16 Uhr

Plau, 8 bis 13 Uhr

Freitags

Lübz, 8 bis 13 Uhr

Grevesmühlen, 8 bis 14 Uhr

Hagenow, 8 bis 14 Uhr

Malchin, 8 bis 14 Uhr

Sonnabends

Parchim, 8 bis 12 Uhr

Boizenburg, 8 bis 12 Uhr

Filialen

Hofladen Severin

Mittwoch, 8.30 bis 14 Uhr

Donnerstag/Freitag, 8.30 bis 18 Uhr

Sonnabend, 8.30 bis 11.30 Uhr

(Telefon: 038728/30614)

Dragoner-Center Parchim

Montag bis Freitag, 9 bis 18 Uhr

Sonnabend, 9 bis 12 Uhr

(Telefon: 03871/212838)

Burgwall-Center Wismar

Montag bis Freitag, 8.30 bis 18 Uhr

Sonnabend, 8.30 bis 12.30 Uhr

(Telefon: 03841/327773)

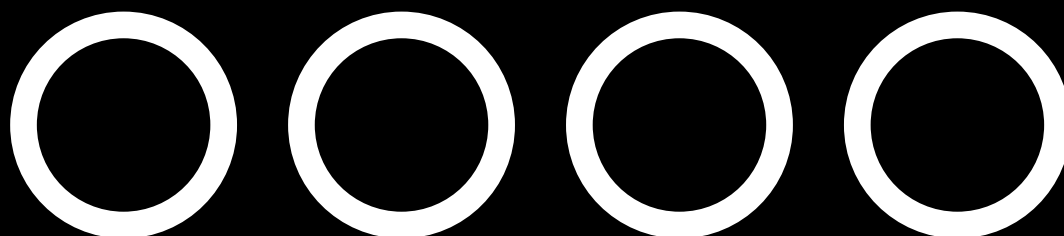
www.landpute.de



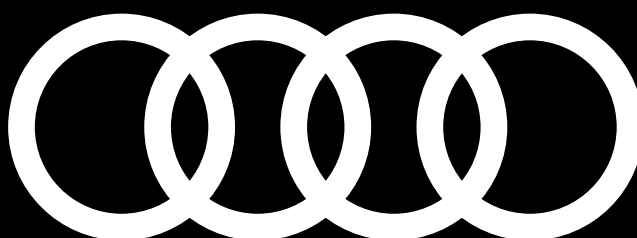
Auch gewürzte Putensteaks sind bei der Landpute zu haben. Foto: Landpute



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

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 Phantasie Reich, 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 grausigen 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



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 lohnt 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 Schei-

terhaufen gelandet“, ist Anna Hasenfuss überzeugt. Welche Dinge nutzten Hexen? Was ist drin in so einem Zauberkranz?, 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. Wenn gleich: 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

Anna Hasenfuss: Das Puppenhaus, Edition Winterwork, ISBN 978-3-960014-637-7. „Journal eins“ verlost ein signiertes Exemplar des Romans. Schreiben Sie bis 3. Mai eine Mail mit dem Betreff „Puppenhaus“ an redaktion@journal-eins.de. Wir losen unter allen Einsendern aus.



VON BEDELBRETT BIS SCHNABELTRIPPE

Im virtuellen Landesmuseum reisen Besucher Klick für Klick zu spannenden Exponaten

Auf ins Museum! Leicht gesagt in den Zeiten von Corona – die meisten Einrichtungen haben geschlossen, Ausstellungen werden abgesagt, Vorträge verschoben. Vielleicht die Gelegenheit, mal via Netz einen Blick in Vitrinen und Präsentationsräume zu werfen? Seit 2014 lässt sich die Museumslandschaft Mecklenburg-Vorpommerns Klick für Klick auch online erkunden. Möglich macht es das virtuelle Landesmuseum, ein Projekt der Stiftung Mecklenburg und des Museumsverbands MV, das unter der Adresse www.landesmuseum-mv.de den Zugang zu 50 musealen Einrichtungen im Land ermöglicht. Vom Phanteknikum bis zum archäologischen Freilichtmuseum in Groß Raden, von der Festung Dömitz über das Grenz-

hus in Schlagsdorf bis zum Kreisagrarmuseum in Dorf Mecklenburg: Die Liste der teilnehmenden Museen ist so bunt wie die Exponate, die sie beisteuern.

Wer durch die Zeit reist, kann lange vor dem Jahr 995 anfangen. Damals wurde Mecklenburg überhaupt erst Mecklenburg und so darf natürlich die Abschrift einer Urkunde nicht fehlen, mit der Kaiser Otto III. in jenem Jahr auf der „Michelenburg“ erstmals diesen Namen verbriefte. Dass im Landstrich in den Jahrhunderten davor auch schon eine Menge los war, zeigen Exponate wie ein spätmittelalterliches Schwert und eine Prunkaxt. Eines der Highlights unter den hierzulande gemachten archäologischen Funden ist der Kultwagen von Peckatel aus der älteren Bronzezeit. Er ähnelt einem Kessel auf Rädern und diente vermutlich kultischen Handlungen. Diese Information bekommen Betrachter, wenn sie Fotos des Wagens in der

Bilderleiste auswählen. Um das Prunkstück von allen Seiten bewundern zu können, gibt es eine 360-Grad-Funktion. Und der Zoom macht es möglich, kleinste Details zu erkennen – so dicht darf im Offline-Museum niemand die Nase in die Vitrine stecken.

Nach dem ältesten und längsten Zeitabschnitt geht es in 50-Jahre-Häppchen weiter bis ins Heute. Die Petschaft eines Ritters. Ein Leuchterengel aus Eichenholz. Eine Schnabeltrippe, die sich Gutsituierte im Mittelalter unter die Schuhe schnallten, um Leder und Seide vor dem Schlamm und Dreck der Straßen zu schützen. Neben dem Foto des Exponats und dessen Einordnung in die Geschichte gibt es immer auch einen Verweis auf das Museum, in dem das Original des virtuellen Ausstellungsstücks zu bewundern ist.

Das weckt Vorfreude auf einen Museumsbesuch – und auf Zeiten, in denen ein solcher wieder ganz

normal zum Alltag gehören wird. Wer bis dahin wissen möchte, wie ein Schnurösenkrug aussieht, wozu eine Alraune nützlich war und was es mit einem Bedelbrett auf sich hat, kann mit viel Spaß und Erkenntnisgewinn durch die virtuelle Ausstellung steuern.

Wie es sich für ein Museum gehört, gehören Sonderausstellungen – wie zum 100. Jahrestag des Kapp-Putsches – zum Portfolio. Und auch das Sprachenmenü macht schnell klar, wo sich Besucher befinden – ünnerwägens in de Tieden vun Mäckelborg un Vörpommern. Denn neben Hochdeutsch und Englisch gibt es das virtuelle Landesmuseum auch im schönsten Platt. Ganz neu: Besucher können sich plattdeutsche Texte hier jetzt auch vorlesen lassen – von den „Güstrower Plattsackern“. Auf diese Weise soll ein ganz neuer Zugang zum Niederdeutschen entstehen.

Katja Haescher ■

www.landesmuseum-mv.de



Das Bedelbrett diente zum Einsammeln der Kollekte. Es entstand um 1500, das Original befindet sich im niederdeutschen Bibelzentrum in Barth. Der Kultwagen ist im Museum in Groß Raden zu sehen.

Fotos: landesmuseum-mv.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!

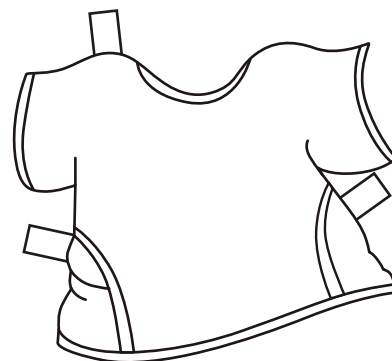
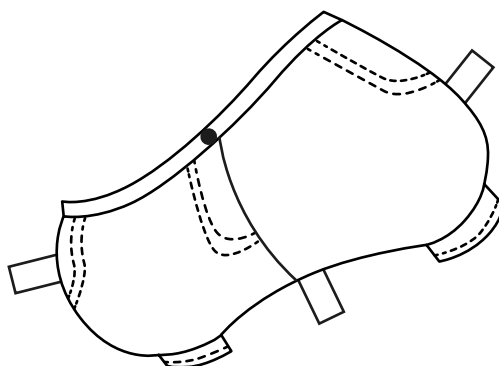
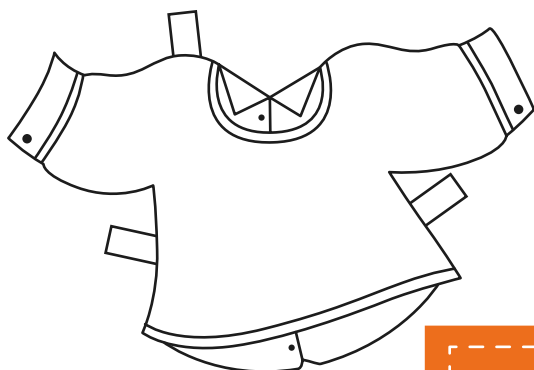
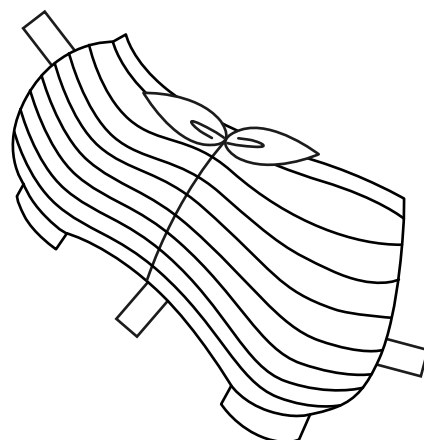
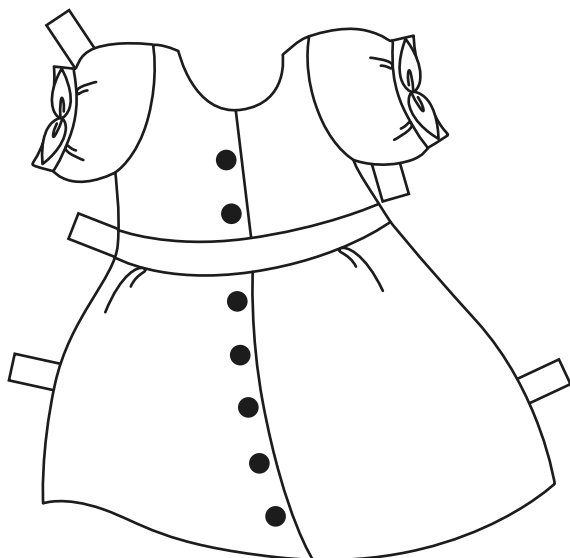
Aber, oh Schreck!, sie hat gar keine Sachen an. Und sie wirkt etwas blass. Kinder, da müsst ihr was ma-

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.

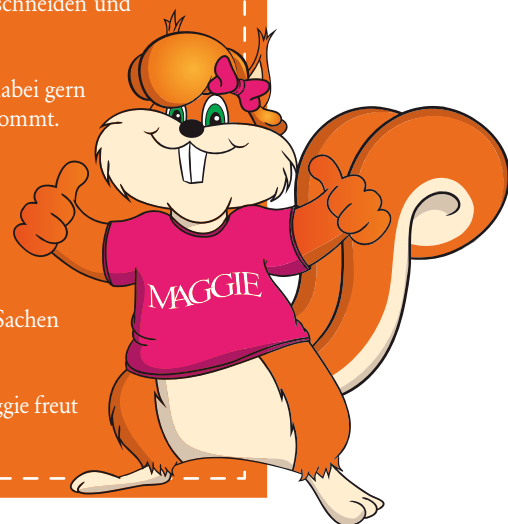
Ihr könnt auch zusätzlich die Logos hier unten auf der Seite ausschneiden und aufkleben.

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 etwas weiter als sonst in die Zukunft.

SA
05.09.

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

SA
05.09.

Inga Rumpf
Rock
20 Uhr, Schwerin, Speicher

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
www.tag-des-offenen-Denkmal.de, 11 bis 18 Uhr

DI
15.09.

Die große Schlagerhitparade
Das Original
15 Uhr, Ludwigslust, Stadthalle

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

**„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
BOCHS
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 blassblaue Hosenanzüge gesehen, Sakos von menstruellem Rosa, braunviolette Trainingsanzüge und weiße Freizeitschuhe, die ohne Socken getragen wurden.“ Und dass er nun wisse, „was es heißt, wenn man vor



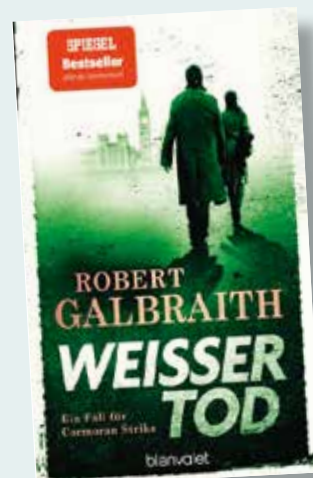
der eigenen Toilette Angst hat“. Er sinniert über luxuriöses Essen und „abgeranzten“ Kaviar, über Tontaubenschießen, die „kolossale Lapislazuli-Kuppel des Himmels“ und immer wieder über die Eigenarten der anderen Passagiere. Wallace' Text wurde von dem preisgekrönten Übersetzer Marcus Ingendaay ins Deutsche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

Larún im Konzert
Irish Folk
20 Uhr, Hagenow, Alte Synagoge

FR
18.09.

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

FR
18.09.

Rosie
AC/DC-Coverband
Speicher, 21 Uhr

SA
19.09.

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

SA
19.09.

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

SO
20.09.

KARAT 45
Konzert
20 Uhr, Parchim, Stadthalle (verschoben vom 17.04.)

SO
20.09.

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

FR
25.09.

Buddy Forever
Musical
19 Uhr, Ludwigslust, Stadthalle

SA
26.09.



Spargelhof
Redefin

An der B5 Nr. 20
19230 Redefin
Tel: 038854-629848

Hofladen
8 bis 19 Uhr
täglich geöffnet
(7 Tage/Woche)

Unsere Verkaufsstellen:*

Hagenow Hirtenstraße 13 · Lübthen Sparkassenfiliale ·
Parkplatz ehemaliger Getränkemarkt Eldena · Ludwigslust
Klenower Straße · Tanktreff Vellahn · Dömitz, Hafenplatz
1, beim Steuerbüro Becker · Wittenburg Esso Tankstelle

* Der Verkauf findet nur statt, falls es aufgrund der Corona-Krise möglich ist!

www.spargelhof-redefin.de

Für unsere Veranstaltungstipps blicken wir dieses Mal etwas weiter als sonst in die Zukunft.

DO
01.10.

Werner Momsen – Abenteuer Urlaub
Comedy
20 Uhr, Parchim, Stadthalle (verschoben vom 23.04.)

FR
02.10.

Lieder aus den Bergen
Konzert
16 Uhr, Ludwigslust, Stadthalle

SO
04.10.

Original Hoch- und Deutschmeister aus Wien
Konzert
18 Uhr, Ludwigslust, Stadthalle

FR
09.10.

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

SA
10.10.

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

SA
10.10.

Sarajane
Rock
Schwerin, Speicher, 21 Uhr

SA
10.10.

Saso Avenik und seine Oberkrainer
Konzert
16 Uhr, Parchim, Stadthalle

DO
15.10.

Blackbird
Pop, Rock
Schwerin, Speicher, 20 Uhr

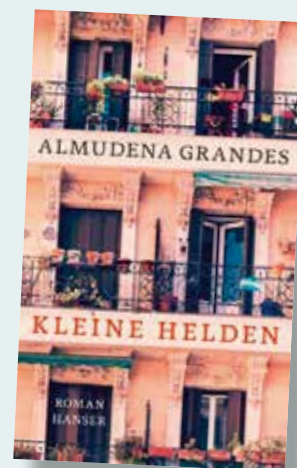
FR
16.10.

Ulla Meinecke
Rock
20 Uhr, Schwerin, Speicher, auch am Sa 17.10.

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



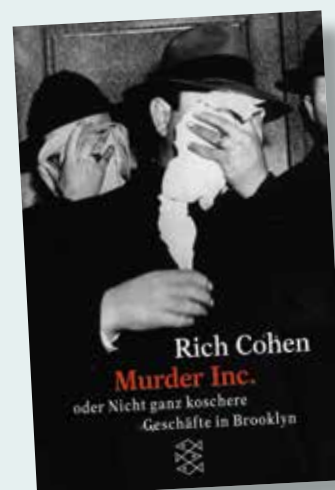
viel Feingefühl. Sie nimmt die Leser mit in die verschiedenen Leben, die sie verwoben hat, im Guten, wie im Schlechten. Am Ende lässt sie es Amalia auf den Punkt bringen: „Das Leben ist schön, nicht wahr? Aber hin und wieder auch zum Kotzen.“ *K. Haescher* ■

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* ■

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

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 etwas weiter als sonst in die Zukunft.

Emmi & Willnowsky
Comedy
20 Uhr, Ludwigslust, Stadthalle

FR
16.10.

Peter Kamenz & seine Goldenen Egerländer
Blasmusik
15 Uhr, Ludwigslust, Stadthalle

SO
18.10.

Ingo Oschmann
Comedy
20 Uhr, Schwerin, Speicher

FR
23.10.

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

SO
25.10.

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

MI
28.10.

Anne Haigis
Rock
20 Uhr, Schwerin, Speicher

SA
31.10.

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

FR
06.11.

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

SA
07.11.

Waterloo - the ABBA Show
Konzert
18 Uhr, Ludwigslust, Stadthalle

SO
08.11.

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

DO
12.11.

Heinz Rudolf Kunze – Wie der Name schon sagt
Das neue Soloprogramm
20 Uhr, Ludwigslust, Stadthalle

DO
12.11.

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
Schwerin, Speicher, 21 Uhr

SA
14.11.

Wingensfelder
Rock
Schwerin, Speicher, 20 Uhr

DO
19.11.

Creedence Clearwater Revived
Rock
Schwerin, Sport- und Kongresshalle, 19.30 Uhr

FR
20.11.

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

FR
20.11.

Tone Fish
Folk
Schwerin, Speicher, 20 Uhr

SA
21.11.



HILFE FÜR DIE TAFELN

Versorgung mit Lebensmitteln und anderen Produkten läuft im Notbetrieb / Landkreis hilft

Die Arbeit der Tafel in Wismar ist wieder angelaufen. Nachdem wegen der Corona-Krise die Tafeln im gesamten Landkreis den Betrieb eingestellt hatten – viele der ehrenamtlich Engagierten gehören selbst zur Risikogruppe – konnte jetzt in der Hansestadt ein Notbetrieb etabliert werden. Möglich machen dies junge Helfer sowie Unterstützung von Spendern und aus der Kreisverwaltung.

Allerdings ist das Verfahren anders als bisher üblich: Eine Ausgabe von Essen gibt es nicht. Stattdessen haben die Koordinatoren aus den Listen der Tafel besonders Bedürftige ermittelt: alte und kranke Menschen, die aus finanziellen und auch gesundheitlichen Gründen wenig bis gar nicht selbst einkaufen können. Helfer holen die Waren bei den Supermärkten ab, sortieren sie und liefern sie direkt an den kleinen Kreis von Empfängern aus – natürlich möglichst ohne direkten Kontakt. Auch die Fahrer



Tafel-Fahrer Peter Schimmler nimmt Studentin Jennifer Beyer mit auf Tour, damit sie die Strecken kennenlernt.

Foto: Tafel Wismar

tragen Mundmaske und Handschuhe. Organisiert wird der Notbetrieb vom Tafelvorstand und einer Mitarbeiterin aus dem Fachbereich Soziales der Kreisverwaltung. Dank der Unterstützung durch Spender ist auch ein anderes dringend benötigtes Produkt dabei,

wenn der Lieferservice von der Tafel kommt: Desinfektionsmittel. Stefan Beck von der Wismarer Spirituosen-Manufaktur Hinricus Noyte's spendete dafür fünf Liter aus seinen verbliebenen Rohalkohol-Beständen, in der Anker-Apotheke von Marion Pranz mischt Apothe-

ker Otto Bastrop das Mittel an – ohne dass für die Tafeln Kosten entstehen. „Wenn wir helfen können, dann machen wir das“, sagt Apothekerin Marion Pranz.

Aktuell kommt eines der Fahrzeuge zum Einsatz, der langjährige Fahrer Peter Schimmler fuhr am ersten Tag mit Studentin Jennifer Beyer die Strecke ab – danach sollten die Jüngeren übernehmen. Auch anderswo arbeiten Tafeln unter erschwerten Bedingungen weiter, zum Beispiel in Bad Kleinen und in Warin. Um das zu unterstützen, stellt der Landkreis Nordwestmecklenburg auch Geld bereit: „Für die Spritkosten werden wir alle Tafeln, die weitermachen und dabei darauf achten die Hygienevorgaben einzuhalten, mit 500 Euro unterstützen. Gerade in diesen Zeiten sind die Tafeln ein Beispiel dafür, was Menschen im Ehrenamt leisten können“, sagte Landrätin Kerstin Weiss.

HANSESCHAU FINDET SPÄTER STATT

Aufgeschoben ist nicht aufgehoben: Messe wird noch in diesem Jahr nachgeholt

Die 30. Hanseschau in Wismar konnte nicht zum geplanten Termin vom 16. bis 19. April stattfinden, wurde jedoch nicht abgesagt: Der Veranstalter der Hanseschau, Das AgenturHaus GmbH, arbeitet derzeit mit verschiedenen Partnern an einem neuen Termin, der noch im Jahr 2020 liegen soll.

Durch Gemeinschaft und Solidarität zwischen den organisatorischen Partnern, Ausstellern und dem Veranstalter wird es einen erfolgversprechenden Weg geben, die Hanseschau trotz der aktuellen Lage noch in diesem Jahr stattfinden zu lassen. Auch die Nachfrage aus der regionalen Wirtschaft nach der Hanseschau sei laut Veranstalter bereits jetzt schon verstärkt zu verzeichnen.

Seit Anfang April veröffentlicht der Veranstalter gemeinsam mit verschiedenen Ausstellern der Hanseschau auf Facebook und Instagram Messeangebote der Aussteller, die zum Originaltermin der



In den vergangenen Jahren war die Hanseschau immer gut besucht.

Foto: Das AgenturHaus GmbH

Hanseschau erschienen wären und ihre Angebote präsentiert hätten. Der Projektleiter Burkhard Golla sagt: „Es liegt nicht in unserer Natur, die Hände einfach in den Schoß zu legen und zu warten, was möglicherweise auf uns zukommt. Daher haben wir den Ausstellern

vorgeschlagen, uns ihre Angebote oder einfach auch nur Grüße an die Besucher digital zu übersenden und zu zeigen, dass wir alle gemeinsam an Bord sind und uns die Party zum 30. Geburtstag der Hanseschau nicht nehmen lassen, sondern dran bleiben und alles tun,

um uns alle in diesem Jahr im Bürgerpark in Wismar gesund wiederzusehen.“

Wer die Angebote und Grüße sehen möchte, findet weitere Informationen unter www.hanseschau-wismar.de/Schaufenster.html.

■ www.hanseschau-wismar.de

KREATIV DURCH DIE KRISE

Schabbell, Phantechnikum und Bibliothek weichen ins Netz aus

7 Tage, 7 Aufgaben. Unter diesem Motto hat das stadthistorische Museum Wismar während der Corona-bedingten Schließung Leben ins Haus gebracht. Oder besser gesagt: ins Netz. Denn statt in den Räumen an der Schweinsbrücke tummelten sich die Besucher im virtuellen Raum. „Stilleben statt Stillstand“ lautete die kreative Aufgabe, die die Phantasie befeuerte

und jede Menge Spaß brachte, Stilleben aus aus blauen Dingen, Stilleben aus Obst und Gemüse, Stilleben zum Thema Hoffnung – Museumsfreunde ließen sich einiges einfallen und posteten mehr als 150 kreative Beiträge.

Und wenn Gästeführer Micha Glockemann auch allein durchs Museum streifen muss, nimmt er auf diese virtuelle Reise auf dem Insta-

gram-Account @schabbell.wismar trotzdem Besucher zu kurzweiligen Erklärungen mit.

Auch andere Wismarer Kultureinrichtungen haben während der Zeit geschlossener Türen einfach das Netz weit aufgemacht. Die Mitarbeiter des Phantechnikums beispielsweise befeuern die Forscherlaune von Großen und Kleinen mit spannenden Experimenten. Wie aus Backpulver und Spülmittel, Essig, Wasser und roter Lebensmittelfarbe ein brodelnder Vulkan entstehen kann, war nur einer der Tipps, möglicher Langeweile in den den eigenen vier Wänden schwungvoll zu begegnen.

Und überhaupt: Wäre es nicht auch die richtige Zeit für ein gutes Buch? Natürlich! Die Stadtbibliothek Wismar ist mit Einschränkungen wieder für den Besucherverkehr geöffnet. Sie lässt sich aber auch schon länger online durchstöbern und wer dieses Angebot noch nicht nutzt, kann sich unbürokratisch registrieren lassen – auf der Homepage stadtbibliothek.wismar.de gibt es dazu Tipps.



Gästeführer Micha Glockemann nimmt Gäste mit auf virtuelle Rundgänge und plaudert über Exponate und Stadtgeschichte. Foto: Stadtgeschichtliches Museum Schabbell

Wir möchten Ihnen helfen!

Wenn Sie zum gefährdeten Personenkreis gehören und deshalb nicht selbst einkaufen gehen möchten oder können, wenden Sie sich vertrauensvoll an uns!

UNSERE HOTLINE
03841 22 38 850

BITTE WEITER-SAGEN!



SAISONSTART

ELEFANTENHOF

25. April 2020
ab 11.00 Uhr



Feiern Sie mit uns
den Start in die
15. SAISON!

Am Dorfplatz 2
19372 Platschow
Info-Tel.: 0151 - 19 42 68 17

WWW.ELEFANTENHOF-PLATSCHOW.DE

JOURNAL
eins
DAS MAGAZIN FÜR WESTMECKLENBURG

SIE INTERESSIEREN SICH
FÜR EINEN UNSERER
ANZEIGENPLÄTZE?

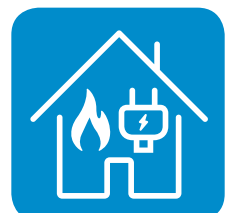
Kontakt:
VOLKMAR EGGERT
anzeigen@journal-eins.de
Mobil: 0152 - 54 82 11 55
Telefon: 0385 - 63 83 270

Energie für Mecklenburg

MEC-Ko

KOPSICKER

0385 64 64 60 | mail@mec-ko.de
www.mec-ko.de



Erdgas | Strom

JETZT NEU
IN WISMAR

FITNESS, PRÄVENTION UND REHABILITATION

Eine Adresse, unzählige Möglichkeiten für Ihre Gesundheit.

NEUERÖFFNUNG PHYSIOTHERAPIE
09.04.2020 - JETZT WUNSCHTERMINEN SICHERN!



Lange Öffnungszeiten &
schnelle Terminvergabe



Präventions- &
Trainingsangebote



Therapeutisches
Klettern

www.vitalplus-physio.de
www.speedx-ems.de

NEUE ADRESSE: SPEEDX WISMAR
MEHR PLATZ. MEHR MÖGLICHKEITEN!



Nur 20 Min.
pro Woche



Muskel- &
Kraftaufbau



Shapen &
Abnehmen



gesunder
Rücken



vitalplus
physiotherapie

WIR HABEN WIEDER GEÖFFNET!
TROTZ CORONA-KRISE SIND WIR FÜR SIE DA.

SpeedX
EMS Personal Training

Ihre neue Praxis im Herzen von Wismar

VITALplus steht für moderne Ausstattung, angenehmes Ambiente und vielseitige therapeutische Angebote & Spezialisierungen.

✓ **Therapeutisches Klettern** ✓ **Manuelle Therapie**
✓ **Medizinische Massage** ✓ **Krankengymnastik**

EMS Personaltraining - Das moderne Fitnesstraining

Alle SpeedX Mitglieder können ab sofort wieder Trainingstermine vereinbaren. Interessierte können Termine für ein EMS Probetraining vereinbaren.

✓ **Immer mit Trainer** ✓ **Immer mit Termin**



Physiotherapie VITALplus
SpeedX EMS Personaltraining



Dankwartstraße 3
23966 Wismar



Telefon: 03841-2235636
wismar@vitalplus-physio.de



Telefon: 03841-2235635
wismar@speedx-ems.de



STARKE **BILDER**, GROSSARTIGE **MUSIK**

Festspieloper Prag gastiert im Spätsommer mit „Nabucco“ in Mestlin

„Flieg, Gedanke!“ Wer den Namen Nabucco hört, hat oft gleich die ersten Takte des berühmten Gefangenenchors im Ohr. Diese sollen im Spätsommer open Air in Mestlin erklingen: Am 29. August wird – Giuseppe Verdis Meisterwerk auf dem Marx-Engels-Platz in Mestlin aufgeführt. Zu Gast ist die Festspieloper Prag, die im Sommer mit Nabucco in Deutschland gastieren will.

Das dramatische Spiel um Liebe und Macht zieht die Zuhörer stets von Neuem in seinen Bann. Musik und Handlung, Kostüme und Bühnenbild – all das verschmilzt zu einem großen Opernerlebnis. Wer möglicherweise Schwellenangst im Theatersaal hat, kann das Erlebnis Oper so in einem ganz anderen und möglicherweise vertrauteren Umfeld testen. Und es wird spannend: Die Handlung speist sich aus Legenden um den biblischen Herrscher Nabucco (dt. Nebukadnezar II), König Babylons von 605 bis



Bildgewaltige Inszenierung: Die Festspieloper Prag zeigt „Nabucco“ von Giuseppe Verdi.
Foto: T. Weber

562 vor Christus. Mit seiner Herrschaft sind Bauten wie das Ischtartor, die Hängenden Gärten und der babylonische Turmbau verbunden. Die Oper spielt vor dem Hintergrund der Eroberung Jerusalems 587 v. Chr. und der Wegführung des jüdischen Volkes in babylonische Gefangenschaft 586 v. Chr. (2. Könige 25). Die Handlung besteht aus vier Akten. Für den Komponisten Giuseppe Verdi war die Oper Nabucco im Jahr 1842 der große Durchbruch – auch nach einer schweren seelischen Krise, die er nach dem Tod

seiner Frau und seiner beiden Kinder durchlitt. Nabucco wurde bei der Uraufführung in der Mailänder Scala zu einem rauschenden Triumph. Verdi, selbst glühender Anhänger des „Risorgimento“, der italienischen Einigungsbewegung, hatte den Lebensnerv der Italiener getroffen. Der berühmte Gefangenenchor, Va, pensiero, sull' ali dorate (Flieg, Gedanke, auf goldenen Schwingen), wurde sofort zur heimlichen Nationalhymne. Mit Rigoletto begann dann 1851 Verdis zweite Schaffensperiode. Nun entstanden seine bis heute beliebtesten Werke: Il Trovatore, La Traviata und I vespri siciliani.

Karten für die Aufführung gibt es an allen örtlich bekannten Vorverkaufsstellen und unter www.paulis.de. Wer mehr wissen möchte: Unter der Nummer 0531- 34 63 72 ist eine Hotline zur Veranstaltung geschaltet. Beginn der Aufführung am Sonabend, 29. August 2020, ist 20 Uhr.

Autogas eine echte Alternative

... WEIL ES DEIN GELD SPART

... WEIL ES DIE UMWELT SCHONT

... WEIL ES EINFACH FUNKTIONIERT



Alternative Kraftstoffe
Dipl. Ing. Martin Dankert
Südring 6 | 19243 Wittenburg
Telefon: 038852 - 90 313

JETZT UMRÜSTEN!

www.sparmartin.de

AUTOPFLEGECENTRUM HAGENOW



Soll Ihr Auto wieder strahlen,
müssen Sie ins Pflegecenter fahren:

Auf zur Desinfektion!

**Wir machen
Ihr Auto virenfrei.**



Bahnhofstraße 123
19230 Hagenow
Mobil: 0172 - 5932979 • Telefon: 03883 - 725188



FRIEDHOF WIRD MODERNER

Stadt Parchim saniert Verwaltungsgebäude des Neuen Friedhofs

Die Umbau- und Sanierungsarbeiten an dem denkmalgeschützten Gebäude der Friedhofsverwaltung am Neuen Friedhof in der Lübzer Chaussee 1 in Parchim haben begonnen. Die Umbauphase wird bis voraussichtlich 30. November dauern. Das Haupteingangstor bleibt während des ge-

nannten Zeitraums geschlossen. Fußgänger können jedoch weiterhin die kleine Pforte (neben dem Haupteingangstor) benutzen. Christina Husung, die Leiterin der Friedhofsverwaltung, versichert: „Der allgemeine Friedhofsbetrieb einschließlich der Friedhofsverwaltung wird durch die Umbaumaß-

nahmen nicht eingeschränkt.“ So befindet sich die Friedhofsverwaltung während der Umbauphase in einem Bürocontainer vor der Friedhofskapelle, direkt auf dem Friedhofsgelände. Zu geringfügigen Einschränkungen im laufenden Betrieb kann es aber während der Baustelleneinrichtung kommen, es ist zum Beispiel möglich, dass die Verwaltung kurzzeitig telefonisch nicht erreichbar ist. Die Öffnungszeiten sowie Kontaktdaten bleiben weiter bestehen.

Den Besuchern des Friedhofs wird empfohlen, die Parkplätze gegenüber der Friedhofsverwaltung beim Blumenladen „Vergiss mein nicht“ zu benutzen, da die Stellplätze vor der Friedhofsverwaltung für die Baustelleneinrichtung genutzt werden. Sollte es zu weiteren, bisher nicht absehbaren Einschränkungen kommen, will die Stadt Parchim die Bürger auch darüber informieren.

www.parchim.de



Das in den 1920er Jahren von dem Architekten Werner Cords entworfene Gebäude in der Lübzer Chaussee 1

Foto: T. Schünemann

„SPARMARTIN“ FEIERT

Der Autogas-Umrüster aus Wittenburg ist nun 20 Jahre am Markt

Anfang 2000 fuhr Martin Dankert noch selbst täglich von Wittenburg nach Hamburg zur Arbeit. Die Kraftstoffpreise waren gerade wieder hoch, und es ging vom gut verdienten Geld ein beträchtlicher Teil für den Arbeitsweg wieder weg. Der Ingenieur für Maschinenbau (Kraftfahrzeugtechnik) dachte daran, dass viele Pendler das gleiche Problem haben, und so reifte der Entschluss, ihnen mit seinem Wissen zu helfen, die Kraftstoffkosten zu senken.

Er suchte nach Lösungen und kam auf alternative Kraftstoffe. Angefangen mit Pflanzenöl war er eingebunden im 100-Traktorenprogramm, das die Eignung für Pflanzenöl zum Antrieb von Traktoren untersuchte, und hatte sogar eine eigene Rapsöltankstelle.

In Italien, den Niederlanden und Polen hatte sich Autogas bereits als eine Alternative zum teurem Benzin durchgesetzt. Auch in Deutschland wurde 1999 im Rahmen der

Ökosteuerreform berücksichtigt, dass Autogas und Erdgas weit weniger Schadstoffe produzieren als Benzin und Diesel. Da Biodiesel laut EU nun dem mineralischen



Inhaber Martin Dankert und seine Frau Manuela Dankert feiern einen runden Firmengeburtstag. Foto: privat

Diesel beigemischt werden musste, wurde Autogas zum Hauptgeschäftszweig.

Heute ist „Sparmartin“, die Firma von Martin Dankert, eines der erfolgreichsten Unternehmen für Autogas in Norddeutschland. Aber auch in Hongkong, Norwegen und Spanien fahren Fahrzeuge, die in Wittenburg umgerüstet wurden. Fünf Millionen Liter Autogas sind durch die Tankstelle im Südring 6 bereits geflossen.

Der Ingenieur sagt: „Eine Umrüstung lohnt sich immer, wenn Sie noch mindestens 30.000 Kilometer mit dem Fahrzeug fahren wollen. Sie ist eine gute Investition für Sie, weil sich der Einsatz schnell bezahlt macht, und für die Umwelt, da man viele Schadstoffe einspart. Die Schadstoffe, die wir nicht erzeugen, braucht niemand zu filtern.“ Martin Dankert ist auch Partner des Biosphärenreservats Schaalsee.

www.sparmartin.de

REIFEN KUROPKA

MEISTERBETRIEB

JETZT
SOMMER-
REIFEN



Tel.: 03874 - 2 14 15
Große Bergstraße 20
19288 Ludwigslust

24h Hotline 0171 - 8 04 82 82

MASKEN & SCHUTZ



MSK 1
Einweg, 50 Stk.
130 EUR*



MSK 2
Mehrweg, 50 Stk.
185 EUR*



MSK 450
Mehrweg, 50 Stk.
265 EUR*



MSK 5
Einweg, 50 Stk.
195 EUR*

Während dieser globalen Pandemie kümmern wir uns um Ihre Sicherheit: mit der Produktion von Schutzkleidung und -Masken. Wir bieten u.a. Mehrweg-Masken wie MSK2 und MSK4 an. Auch Schutzschilde und -anzüge haben wir im Angebot. **Kontaktieren Sie uns!**

*Preisänderungen vorbehalten

büro trend
Kramer & Schoen GmbH
Wir richten Arbeitsplätze ein!
Tel.: 03847 - 43 64 24
Luckower Str. 13 | 19406 Sternberg
www.buero-trend.com

Energie für Mecklenburg

MEC-Ko

KOPSICKER

0385 64 64 60 | mail@mec-ko.de
www.mec-ko.de



Erdgas | Strom

GELD FÜR DAS FÖRDERZENTRUM

Bald bessere Lernbedingungen für blinde und behinderte Schüler in Nordwestmecklenburg

Am Überregionalen Förderzentrum „Sehen“ in Neukloster wird seit vergangenem Jahr das Haus B saniert. Dafür hat das Innenministerium M-V dem Landkreis Nordwestmecklenburg als Schulträger nun weitere zwei Millionen Euro als Sonderbedarfszuweisung zur Verfügung gestellt.

Im Februar besuchte MV-Bildungsministerin Bettina Martin das Zentrum, an dem rund 100 blinde und sehbehinderte Schüler gemeinsam mit solchen mit multiplen Behinderungen lernen, teilweise im Internatsbetrieb. Sie überbrachte damals einen Förderbescheid über vier Millionen Euro.

Für Nordwestmecklenburgs Landrätin Kerstin Weiss war der Zugang des Bescheids per Post ein Grund zur Freude: „Mit diesen zwei Millionen Euro ist die Sanierung von Haus B komplett ausfinanziert. Für den Kreis bleiben 2,358 Millionen Euro Eigenanteil. Das ist eine hohe Summe für den Kreishaushalt, aber



Das „Haus B“ am Überregionalen Förderzentrum „Sehen“ in Neukloster wird seit 2019 aufwendig saniert. Nächstes Jahr soll es fertig werden. Foto: LK NWMe

dank der Sanierungen der vergangenen Jahre haben wir dann eine moderne und zukunftsichere Schule für diese Gruppe von Schülerinnen und Schülern mit beson-

deren Bedürfnissen. Da die Schüler aus dem ganzen Bundesland kommen, erfüllen wir damit eine wichtige Aufgabe für unser Bundesland.“

Die Gesamtkosten belaufen sich auf rund acht Millionen Euro. Bei dem Umbau wird auch der Keller von Haus B für den Betrieb erschlossen und barrierefrei mit Rampen ausgestattet. Das gesamte Haus wird den gestiegenen Anforderungen an ein so spezielles Förderzentrum gerecht werden.

Wo es geht, soll denkmalgerecht saniert werden: Die Fassade bleibt dem historischen Vorbild weitgehend treu, Türen werden aufgearbeitet, die historischen Fliesen im Eingangsbereich erhalten und ergänzt. Dabei werden jedoch alle anderen Einrichtungen wie Heizung, Lüftung, Sanitär und Elektro komplett erneuert. Außerdem werden die Rettungswege mit einem akustisch-optischen Warnsystem ausgestattet.

Bislang wurden die Schüler als Übergangslösung während der Sanierung in einem Containerbau unterrichtet.

www.blindenschule-mv.de

MASKE STATT KLEID

„Weiße Träume“ flexibel in der Krise

Wunderschöne Brautkleider sind das Metier von Franziska Cengiz in ihrem Geschäft „Weiße Träume“ in Grevesmühlen. Sie trägt einen großen Teil dazu bei, dass die Hochzeit zum schönsten Tag im Leben der Braut wird. „Normalerweise“, sagt sie, „bin ich selbst täglich im Geschäft und verkaufe die Kleider, während sich in der Schneiderei eine Schneiderin ausschließlich darum kümmert, Brautkleider, Hosen und Jacken zu ändern.“

Durch die Coronakrise wurde alles anders. Das Geschäft durfte nicht mehr öffnen, und so habe Franziska Cengiz ihre Schneiderin wegen der fehlenden Einnahmen auf Kurzarbeit nach Hause schicken müssen. Eine Situation, mit der viele Unternehmen konfrontiert wurden. Was tun?, hieß es nun also auch für die Inhaberin der „Weißen Träume“.

Als sie grubelte, wie es weitergehen soll, fragte sie jemand nach einer Mund- und Nasenmaske. „Ich habe mich direkt an die Nähmaschine gesetzt und angefangen, die ersten

Masken zu nähen“, sagt sie. Die Nachfrage nahm stetig zu. So setzte sich Franziska Cengiz täglich in der Schneiderei oder zu Hause an die Nähmaschine und fertigte Mund- und Nasenmasken an. Aber künftig wird sie wieder helfen, Frauen, die heiraten möchten, in traumatische Bräute zu verwandeln.

www.weissetracume.de



Franziska Cengiz beim Nähen einer Mund- und Nasenmaske Foto: privat

MATHE LINIENTREU

Was ein altes Lehrbuch von 1952 verrät

Irgendwann sind auch Schulbücher ein Fall fürs Museum. Björn Berg, Leiter des Kreisagarmuseums in Dorf Mecklenburg, hatte in den zurückliegenden Wochen ein bisschen Zeit zum Stöbern in alten Beständen.

Die Entdeckung: Auch Matheaufgaben wurden in den 1950er-Jahren ideologisch verbrämt serviert. So hatten nach einer Aufgabe aus dem Jahr 1952 Schüler der achten Klasse auszurechnen, wie das Bodenreformland in der DDR prozentual genutzt wurde – ob als Acker, Weideland, Wiese, Wald oder Ödland.

Die Bodenreform war wohl der größte Eingriff in das landwirtschaftliche System auf dem Gebiet der ehemaligen DDR. Alle landwirtschaftlichen Betriebe und Güter, die mehr als 100 Hektar umfassten, wurden enteignet, außerdem die Ländereien der nationalsozialistischen Funktionsträger. Was für die einen ein schweres Unrecht war, wurde von der ande-

ren Seite als gerechte Errungenschaft gefeiert, denn das beschlagnahmte Eigentum wurde zum Beispiel an Flüchtlinge und Landarbeiter verteilt. Die Flüchtlinge, die einen Bauernhof oder eine Siedlung verloren hatten, wurden so zu „Umsiedlern“ und bekamen ein kostenloses „Startkapital“ in der neuen Heimat.

Weil die Bodenreform die Menschen auch sieben Jahre später noch beschäftigte, beziehungsweise weil das herrschende politische System die Erinnerung an dieses Programm lebendig halten wollte, wurden daraus Mathematikaufgaben.

Bemerkenswert ist aber auch, wie sich die Lehrpläne in den zurückliegenden knapp 70 Jahren geändert haben. Was 1952 in der achten Klasse behandelt wurde, lernen die Schüler heutzutage schon im sechsten Schuljahr. So sollte es jedem 12-Jährigen sofort gelingen, die Aufgaben zu lösen.

www.kreisagarmuseum.de

FÜR AKTIVES GESTALTEN

Ralf Lorber ist Unternehmer des Jahres in Nordwestmecklenburg

Ralf Lorber ist Unternehmer des Jahres im Landkreis Nordwestmecklenburg. Der Geschäftsführer der Wismarer EGGER GmbH wurde auf dem Unternehmerempfang des Nordwestkreises Anfang März ausgezeichnet. Er ist erst der zweite angestellte Geschäftsführer, der diesen Preis erhält.

Landrätin Kerstin Weiss begründete die Wahl der Jury so: „Ralf Lorber trägt als Mitglied der Geschäftsführung eines der größten Arbeitgeber im Kreis nicht nur viel unternehmerische Verantwortung, sondern gestaltet das Unternehmen am Standort Wismar aktiv mit und hat darüber hinaus kulturell und wirtschaftlich viel für die Region getan.“

Lorber hatte unter anderem die Wirtschaftsinitiative Ostseeraum Wismar (WOW) ins Leben gerufen und beim Aufbau des Welcome Service Centers des Landkreises geholfen. Dieses Engagement will er fortsetzen.



„Bin überrascht und stolz“: Ralf Lorber bei der Preisverleihung

Foto: Landkreis NWM

Ein weiteres Thema des Abends war die Gesundheitswirtschaft: Diese sei in Nordwestmecklenburg nicht nur mit Kliniken und Reha-Einrichtungen gut formiert. „Es freut mich, dass zum Beispiel in meiner Heimatstadt Dassow mit den drei großen Herstellern GPE, AQVida und Euroimmun ein sehr starker Gesund-

heitssektor produziert, der auch international tätig ist. Aber auch der Standort Wismar ist mit Firmen wie IT Dr. Gambert, Envitec und Sensatronix gut aufgestellt“, sagt Kerstin Weiss.

Angesichts der Entwicklung rund um das Corona-Virus mahnten mehrere Unternehmer zu Veränderungen. Die Unternehmerin und Medizinerin Dagmar Braun sagte: „Wir müssen politisch darauf achten, dass gerade Medikamente mehr hier bei uns produziert werden und nicht aus Kostengründen nur in fernen Ländern.“ Unternehmensberater Andreas Keck schwor die Firmenlenker darauf ein, die Krise auch als Chance zu begreifen: „Das ist die Gelegenheit, sich Gedanken um die Digitalisierung zu machen: Von Video-Konferenzsystemen, Automatisierung und Möglichkeiten zur Telearbeit, mit denen sie jetzt arbeitsfähig bleiben, werden Unternehmen auch danach weiter profitieren.“

www.nordwestmecklenburg.de

KREATIVE FOTOGRAFEN

Eine runde Sache: der Kreisfotowettbewerb Nordwestmecklenburg

Auch in diesem Jahr veranstaltet der Fachdienst Bildung und Kultur des Landkreises gemeinsam mit dem Fotoclub '82 Grevesmühlen den Kreisfotowettbewerb und zeichnet die besten und kreativsten Hobby-Fotografen. Dabei können nicht nur Bewohner von Nordwestmecklenburg mitmachen, auch Einsendungen von Besuchern sind

herzlich willkommen. Jeder Teilnehmer kann bis zu vier Fotos im Format 30x40 bis 30x45 Zentimeter einreichen.

Preise werden in drei Hauptkategorien vergeben: „Menschen“, „Architektur und Landschaft“ und „Flora und Fauna“. Sonderkategorie ist in diesem Jahr „Mensch und Tier“. Daneben gibt es die allge-

meine Kategorien „Kreative Bilder“ für besonders spektakuläre Fotoeinfälle, „U-18“ für die besten Teilnehmer aus dem Nachwuchsbereich und Sonderpreise, die direkt von Landrätin Kerstin Weiss sowie der Sparkasse Mecklenburg-Nordwest, dem Heimatverein Grevesmühlen und den Bürgermeistern von Grevesmühlen und Wismar vergeben werden.

Einsendeschluss ist der 1. September 2020. Für die Entwicklung in einem professionellen Labor wird ein Unkostenbeitrag von 2,50 Euro pro Bild fällig. Die Fotos sollen nach Möglichkeit digital eingereicht werden – und zwar an den Fotoclub-Vorsitzenden Udo Meier: fotowettbewerb@umnet.de.

Ab Oktober werden die Bilder wieder in einer Ausstellung im Kreistagssaal in der Malzfabrik in Grevesmühlen gezeigt.

Alle weiteren Informationen zum Wettbewerb gibt es online.

umnet.de/fotowettbewerb



Foto aus dem Wettbewerb des vergangenen Jahres

Foto: Aron Kühne

SCHUTZMASKEN

individualisierbar

auskochbar bei 90°C



An der Kastanienallee 12a 23936 Grevesmühlen
03881 - 75 85 176 0176 - 42 74 65 81
schneiderei@weissetraeume.de

Duschkabinen-Service

nord



**Wir haben
die Arbeit,
Sie den Spaß**

individuelle
Duschabtrennungen

Rufen Sie an:

038850-14 30 45

und vereinbaren Sie jetzt
Ihren persönlichen Termin!

Beratung und Aufmaß bei Ihnen
vor Ort, bis 30km Anfahrt
kostenfrei und unverbindlich

Enrico Komnick
19230 Gammelin
kontakt@dks-nord.de
www.dks-nord.de

Energie für Mecklenburg

MEC-Ko

KOPSICKER

0385 64 64 60 | mail@mec-ko.de
www.mec-ko.de



Heizöl | Diesel

ZWISCHEN HIMMEL UND ERDE

**Balkonien ist überall: Schönste Balkone
in Westmecklenburg gesucht**

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. Oder in diesem Fall besser gesagt davor: auf den Balkon. Nicht auf einen bestimmten, sondern den Balkon im Allgemeinen, der mehr ist als ein paar Quadratmeter vor der Hauswand.

Zu Hause bleiben. So lautet aktuell der Leitspruch, der für jeden von uns eine besondere Herausforderung bedeutet. Wer einen Balkon besitzt, wird ihn jetzt besonders lieben. Denn egal, wie klein der Freisitz ist: Die Möglichkeiten darauf sind nahezu unbegrenzt. Zeit also für eine kleine Kulturgeschichte des Balkons.

Die Definition im Duden klingt etwas unromantisch: „Vom Wohnungsinnern betretbarer offener Vorbau, der aus dem Stockwerk eines Gebäudes herausragt“. Dabei ist ein Balkon ungleich viel mehr. Man kann sich darauf sonnen, gärtnern, Gummihühner halten, in die Sterne gucken, am Computer sitzen, Cocktails schlürfen, Wäsche trocknen, tafeln, Urlaub machen – „Balkonien“ ist fast schon ein geflügeltes Wort. Auch die Gestaltungsmöglichkeiten sind unbegrenzt. Der eine hat den Gartenzweig im Blumenkasten, der andere den Bierkasten unter der Balustrade. Der eine pflegt hingebungsvoll seine

Tomatenpflanzen, während ein anderer die Gummipalme aufbläst und sich frei von gärtnerischen Verpflichtungen der Erholung widmet.

Die ersten Balkone entstanden vermutlich bereits vor Christi Geburt. Der sumerische Stadtfürst Gudea, ein leidenschaftlicher Bauherr, soll vor 4000 Jahren seinen Palast damit geschmückt haben. Spätestens mit dem Repräsentationsdrang des Bürgertums sprossen Balkone an zahlreichen Fassaden. Denn der Austritt in der Höhe war immer auch eine Demonstration von Macht und Bedeutung. Der Papst, die Queen, der FC Bayern München, sie alle sind regelmäßig auf dem Balkon zu sehen. Denn der zeigt sehr schön, wo oben und wo unten ist.

So bedeutungsgeladen hat der Balkon natürlich auch in der Literatur einen Platz. Astrid Lindgrens Pippi Langstrumpf hat ihr Pferd darauf untergebracht und das Liebesgeflüster von Romeo und Julia ist als „Balkonszene“ in die Geschichte eingegangen. Zwar fällt dieses Wort bei Shakespeare gar nicht, der von „Julia am Fenster“ schreibt. Und auch der so berühmte Balkon an der „Casa di Giulietta“ in Verona ist eine Fälschung. Wahrscheinlich hatten die Veroneser irgendwann keine Lust mehr, das Nichtvorhandensein dieses Orts zu erklären und nahmen kurzerhand einen antiken Sarkophag, um ihn an die Wand des Julia-Hauses zu montieren – passt, sieht gut aus und wenn's auch falsch ist: Den Verliebten ist's egal. Heute sind Balkone aus dem Gesicht von Städten nicht mehr wegzudenken. Einige der schönsten Exemplare befinden sich oft an Rathäusern: Ludwigslust, Hagenow, Wismar, Neustadt-Glewe,



Am Rathaus, am Gutshaus, am Wohnhaus: Balkone über Balkone warten darauf, bepflanzt zu werden – oder blühen schon in voller Frühlingspracht. Aber sie können noch so viel mehr sein, zum Beispiel der Lieblingsplatz an der Sonne.

Fotos: S. Krieg, R. Cordes, K. Haescher



überall Balkone. In der dörflichen Architektur spielt er weniger eine Rolle, hier wurde kein Freisitz vor der Hauswand gebraucht. Lediglich Gutshäuser wurden gern mit repräsentativen Balkonen geschmückt – die Sache mit dem Oben und dem Unten spielte auch hier eine wichtige Rolle.

Und apropos repräsentieren: Gingen die fürs Gesehenwerden benötigten Balkone früher naturgemäß zur Straßenseite, sind bei Stadtbewohnern von heute die Freisitze nach hinten, wenn möglich Süd-

seite, beliebt. Blühende Mini-Oasen sind nicht zuletzt Schnell-Restaurants für viele Insekten und leisten einen nicht zu unterschätzenden Beitrag zur Erhaltung der Artenvielfalt.

Die allerbeste Balkonzeit ist jetzt. Alles ist frisch bepflanzt und das große Wachsen und Blühen beginnt. Wo sind die schönsten Balkone in Westmecklenburg? Schicken Sie uns gern ein Foto von Ihrem Lieblingsplatz an redaktion@journal-eins.de.

Katja Haescher ■

MIT SPASS VOR DER KAMERA

Ria Zühlsdorf mag Fotoshootings und schnelle Autos

Schminken, frisieren, stylen. Die richtige Pose finden. Das Klicken der Kamera. Und alles wieder von vorn – so lange, bis die perfekten Bilder im Kasten sind: Fotoshootings können harte Arbeit sein. Und trotzdem liebt Ria Zühlsdorf ihr Hobby. Die 19-Jährige aus Kalkhorst bei Boltenhagen hat Spaß daran, vor der Kamera zu stehen. „Durch Fotoshootings habe ich Selbstbewusstsein gewonnen“, sagt Ria, die auch schon auf dem überregionalen Parkett Erfahrungen gesammelt hat. Am aufregendsten war ohne Zweifel die Teilnahme am landesweiten Vorausscheid zur Wahl der Miss Germany im vergangenen Jahr. „Ich hatte mich beworben, weil ich von den neuen Kriterien gehört hatte: Niemand muss im Bikini herumspazieren, stattdessen steht

die Persönlichkeit im Vordergrund“, sagt die Mecklenburgerin. Sie klickte auf die Seite, schickte ihre Bewerbung ab und vergaß sie beinahe wieder. Denn es passierte erst einmal – nichts. „Dann im September, einen Tag bevor wir in den Urlaub fahren wollten, die E-Mail: Du bist dabei“, erinnert sich Ria. Eine von 16, die sich aus einem Kreis von 7500 Bewerberinnen durchgesetzt hatte – ein gutes Gefühl. Mit dem Gefühl von Aufregung ging es weiter – zumindest an dem Tag in Hamburg, an dem sich die Bewerberinnen aus dem Land in Fotoshootings und Workshops präsentierten. Und auch wenn Ria am Ende nicht als Kandidatin aus MV nach Rust

fuhr, war es für sie eine schöne Erfahrung: „Ich habe viele tolle Mädels kennen gelernt und wir haben uns sehr gut verstanden, jede hat der anderen den Sieg gegönnt“, sagt die junge Frau.

Für sie bleiben das Modeln und die Fotoshootings ein Freizeitspaß. Denn im Berufsleben hat sie ihren Traumjob bereits gefunden. Die gelernte Automobilkauffrau arbeitet im Autohaus AWUS in Wismar. „Ich liebe Autos“, gesteht Ria Zühlsdorf und weiß auch gleich, wer daran schuld ist: „Mein Papa“. Der teilt mit seiner Tochter nicht nur die Autozeitschriften, sondern auch die Leidenschaft für starke Motoren. Dass Frauen in der Branche eher in der Unterzahl sind, stört die 19-Jährige nicht. Selbstbewusst kann sie auf die Abschlussnote von 1,4 blicken, die in ihrem Ausbildungszeugnis steht. Und auch ihre Kunden wissen, dass sich die junge Frau mit den langen blonden Haaren gut in ihrem Metier auskennt. Ria selbst gesteht, dass sie ihr Traumauto eher nach der Optik aussuchen würde – das blaue Cabrio, das direkt neben ihrem Schreibtisch im Autohaus parkt, würde ihrem Traum schon sehr nahekommen. „Allerdings nicht in Blau, sondern in Rosa“, lacht sie und weiß als gelernte Autoverkäuferin auch gleich Rat: „Exklusivfarben sind natürlich

wählbar ...“ Überhaupt ist es der Verkaufsberaterin wichtig, sich auf individuelle Wünsche der Kunden einzustellen. Die Bandbreite der Anforderungen reichen von „Hauptsache, das Auto fährt“ bis zum sorgfältig konfigurierten Traum auf Rädern, in den alle lange gehegten Wünsche an einen Wagen einfließen. Stolz ist sie, wenn Kunden direkt nach ihr fragen – „dann weiß ich, dass ich alles richtig gemacht habe“.

Die perfekte Verbindung von Hobby und Beruf – Ria Zühlsdorf hat sie für sich gefunden. Und das am für sie schönsten Platz der Welt. „Ich bin sehr heimatverbunden“, sagt die 19-Jährige. „Zu Hause ist es am schönsten.“ An den schönsten Bildern ihres Hobbys lässt Ria auf Instagram teilhaben – unter ria_zhlsdrf.

Katja
Haescher

„
... dann weiß ich,
dass ich alles
richtig gemacht habe.“



Das obenstehende Bild entstand bei Tallygraphy in Wismar (www.tallygraphy.de), das nebenstehende an Ria Zühlsdorfs Arbeitsplatz im AWUS Autohaus Wismar.



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

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.

ABS

Arbeitsgeräte- und Bühnenverleih,
Servicedienstleistungen

KURZINFOS

ABS ARBEITSGERÄTE- UND BÜHNENVERLEIH, SERVICE-DIENSTLEISTUNGEN

Wismarsche Straße 170
19053 Schwerin
Telefon: 03 85 / 63 83-280
Mobil: 01 62 / 460 1277
info@buehnenverleih.de

„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 schüt-

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



SOLIDARISCH 1. MAI 2020
IST MAN NICHT ALLEINE!
1. MAI 2020 – 11 UHR
LIVESTREAM ZUM TAG DER ARBEIT
www.dgb.de/erstermai

HONDA

Benzinrasenmäher HRG 466 SK

Beste Fang- und Schneidleistung/
Radantrieb/ leistungsstark und zuverlässig

€ 719,-*

€ 499,-

SOLANGE DER VORRAT REICHT

*Unverbindliche Preisempfehlung
von Honda Deutschland

**WIR SIND
FÜR SIE DA!**

**BAUMASCHINEN
HARTMANN**

Beratung | Verkauf | Service | Vermietung
Dorfstraße 1 • 19075 Holthusen
Tel. 03865 8210 • Fax: 03865 82124

www.baumaschinen-hartmann.de

20%
AUF ALLES

HAUS
MESSE

24. April bis
31. Mai 2020

Planung • Beratung • Verkauf

Hark-Studio
Ellerried 3
19061 Schwerin

GmbH + Co. KG

HARK

Die Nr. 1

Fon 0385 - 77 333 75
Fax 0385 - 77 333 77
Mobil 01520 89 120 32
Mail riccardo.gawer@gmx.de

www.hark.de



Foto: Rainer Cordes

SO EINE SCHWEINEREI ABER AUCH!

Zum Quieken wohl fühlen sich die vier Schweine auf den Pfosten der ihnen gewidmeten Brücke über den Mühlenbach (auch Grube genannt). So eine Schweinerei gleich neben der Nikolaikirche! Aber die vier fröhlichen Grunzer aus Bronze sind bei

Einheimischen wie Touristen gleichermaßen beliebt. Ob es Glück bringt, wenn man die Schweinchen beim Überqueren der Schweinsbrücke streichelt? Einfach mal ausprobieren. Aber Händewaschen nachher nicht vergessen.



DAS SCHLOSS

Das Schweriner Schloss vor dem Schweriner Schloss: Im vergangenen Jahr hat der Welterbe-Förderverein ein Bronzemodell übergeben, das im Miniformat das Gebiet vorstellt, das künftig Weltkulturerbe werden könnte. Das Areal bildet das



Foto: Rainer Cordes

B321 WIRD BREITER

Der Ausbau der B321 zur vierspurigen Trasse geht voran. Der erste Bauabschnitt befindet sich in der Landeshauptstadt Schwerin. Die Strecke zwischen den Stadtteilen Mueß und Zippendorf lässt sich wegen der Bauarbeiten derzeit nur stadteinwärts befahren. Wenn der Ausbau hier abgeschlossen ist, geht es weiter vom Ortsausgang Schwerins bis Raben Steinfeld (Landkreis Ludwigslust-Parchim), wo die B321 bereits vierspurig verläuft. Die insgesamt auszubauende Strecke ist etwa zwei Kilometer lang. Die Arbeiten sollen im Herbst 2022 beendet sein.

SCHÖNE PFLANZEN FÜR DIE

Mitarbeiter der Firma Jolitz & Söhne, Garten- und Landschaftsbau GmbH, aus Tempzin haben in den vergangenen Tagen die Frühjahrsbepflanzung in der Stadt Parchim vorgenommen. Im gesamten Stadtgebiet läuten nun prächtige Blumenbeete die wärmere Jahreszeit ein.

Gepflanzt wurden unter anderem Stiefmütterchen, Hornveilchen, Tausendschönchen, Gartenanemonen und Vergissmeinnicht. Sie verschönern hierbei den Moltkeplatz, die Kreuzung Ost- ring/Lübzer Chaussee und den Bahnhofsvorplatz. Auch Vor dem Neuen Tor, gegenüber dem und am Rathaus sowie an der Gedenkstätte in der Wallallee können sich die Leute bei einem Spaziergang gern daran erfreuen. Die vielen blühenden Pflanzen werten nicht nur das Stadtbild auf, sondern bringen auch die Menschen in harten Zeiten auf angenehmere Gedanken.





Foto: Rainer Cordes

IM MINIFORMAT

sogenannte Residenzensemble. Geschaffen hat das Modell der Künstler Egbert Broerken. Zentraler Punkt des Ensembles ist das Schweriner Schloss. Dazu zählen unter anderem aber auch das Staatliche Museum, das Arsenal, viele weitere Gebäude und sogar die Insel Kaninchenwerder.

STADT PARCHIM



Foto: Stadt Parchim

MECKLENBURGER KÖPFE

ERNÄHRUNG FÜR SENIOREN KOMPLEXES THEMA

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“.

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

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@journal-eins.de

Mitarbeit an dieser Ausgabe:

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

Anzeigen

Volkmar Eggert, Stefan Schubert
Tel.: 03 85/63 83 270
Fax: 03 85/63 83 289
Mobil: 01 52/54 82 11 55 (Volkmar Eggert)
E-Mail: anzeigen@journal-eins.de

Gesamtherstellung

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

Erscheinungsweise

monatlich

Mindestauflage

20.000 Exemplare

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. **eins** erscheint am 22.5.2020

GEWINNSPIELAUFLÖSUNG

JOURNAL eins 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:

Katrin Schulz, Wismar

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

eins Werden Sie Fan!
Erfahren Sie alle Neuigkeiten aus der Stadt,
tolle Aktionen und Gewinnspiele als Erster!
facebook.de/JOURNALeins · instagram.com/JOURNALeins



auf der Hand liegend, klar	Tagesanbruch	eigentlicher Name Defoes	Eintritt (franz.)	arabischer Sackmantel	starke Feuchtigkeit	unbeschränkt (Vollmacht)	umsonst hergeben	französisches Departement	Kfz-Z. Steinfurt
8					Vorname des Malers Cranach				
Männerkurzname	2			alt Römisches Kupfergeld	Vorname der Basinger		erfolgreiches Lied		
				Teil der Bibel (Abk.)	Körperstellung	4			schweres Planier- raupen- fahrzeug
Tragebehälter		erster Versuch (auf ...)		Speise in Gelee		1	tumb, dumm		Drei- finger- faultier
Unnacheiligkeit					russische Hauptstadt				
		12		Hühner- vögel					
nicht diese	dumpf donnern		röm. Zahl- zeichen: sechs						
erste Sängerin									
		5							6
hochbetagter Mann			Erweiterung eines Hauses	Wagen- schup- pen	um- zäuntes Gebiet für Tiere		bayrisch: nein	Ab- schnitt	
Strom durch Frank- reich		großes Wohn- gelände						warme Pastete (engl.)	
			3	franzö- sisch: Osten	ein Raben- vogel				9
nicht radikal		englisch, span.: mich, mir		„Irland“ in der Landes- sprache			Verwal- tungs- gremium		Roman von King
								stehen- des Ge- wässer	
Sinfonie Beet- hovens					extra, speziell				11

2x2 Freikarten für „Nabucco“ am 29. August in Mestlin zu gewinnen.

Foto: T. Weber

DEKE-PRESS-1476-3

Eine E-Mail mit dem Lösungswort, Ihrem Namen und der Betreffzeile Rätsel JE 04-2020 bitte bis zum **3. Mai** an: redaktion@journal-eins.de

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

EHRlich
EDEL
EXKLUSIV

Prämierte Spitzenspirituen
für höchste Ansprüche

Lust zu schwecheln

SCHWECHOWER

www.schwechower.de

Mo., Di. und Mi.
10 bis 16 Uhr

Do. und Fr.
10 bis 18 Uhr

Samstag
10 bis 14 Uhr

Am Park 5 · 19230 Schwechow/Pritzier · Telefon 03 88 56/3 78-20 · Fax 03 88 56/3 78-21 · info@schwechower.de

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

