

WISMAR-ZEITUNG

Informations- und Anzeigenblatt für die Hansestadt Wismar und Umgebung 02/19 • 07.02.2019

50 Frauen für zweite Bauch-weg-Studie gesucht

Aufgrund der großen Nachfrage starten wir unsere zweite Bauch-weg-Studie. Der Wunsch nach einem flachen Bauch steht bei sehr vielen Frauen ganz oben auf der Wunschliste. Dabei ist es in erster Linie eine Frage des Wohlfühlens. Ab einem bestimmten Bauchumfang kommen gesundheitliche Aspekte hinzu, denn ein erhöhter Bauchumfang birgt gesundheitliche Risiken. Der metime Frauensportclub lädt zu einer vierwöchigen „Bauch-weg-Studie“ ein und will interessierte Frauen dabei unterstützen, ihren Bauchumfang zu reduzieren.

„Ein erhöhter Bauchumfang gilt heute unter präventivmedizinischen Aspekten als wesentlicher Risikofaktor, denn das im inneren Bauchraum gespeicherte Fett (nicht zu verwechseln mit dem Fett des Unterhautgewebes), kann krankmachende Prozesse in Gang setzen, die auf Dauer zu Arteriosklerose oder Diabetes führen“, so Clubinhaberin und Personal Trainerin Susan Tiedtke-Rezic. „Dem kann man mit einer ausgewogenen Ernährung und der richtigen Bewegung entgegenwirken wie z. B. einem ganzheitlichen Training zur Stärkung der Muskulatur. Bestimmte Nahrungsmittel, wie Frittiertes, Weißbrot und vor allem Soßen-gerichte sollte man grundsätzlich vermeiden. Dazu zählen auch industriell hergestellte Produkte,



welche keine hohe Wertigkeit für den Körper haben. Viel trinken, in erster Linie Wasser, hilft dabei die Fett-Einlagerungen im Körper zu minimieren. Langsames, achtsames Essen hilft das richtige Sättigungsmaß zu finden. Dabei sollte jeder Bissen mindestens zehn- bis 15-mal gekaut werden“, so die Ernährungsberaterin Anika Jandt.



4 Wochen Bauch-weg-Studie

Informationstermine:

Dienstag, 12. Februar, 18.30 Uhr
Donnerstag, 14. Februar, 19.00 Uhr

„Wir haben zahlreiche Mitglieder, die mit Übergewicht zum Training kommen und nach wenigen Wochen bereits die ersten Erfolge erzielen“, erzählt Club-

inhaber Steven Tiedtke. Dies berichtet auch das Mitglied Monika W. Durch ein gezieltes Training von nur zwei- bis dreimal 30 Minuten Training pro Woche und die empfohlene Ernährungsumstellung hat sie ihre Traumfigur erlangt: „Ich bin heute 23 kg leichter und gefühlte zehn Jahre jünger. Vier Jahre Frust beim Shoppen in Größe 44 und immer aus der Puste sein sind Geschichte. Und dem Sport sei Dank ist meine Haut trotz Abnehmens straff geblieben“, strahlt Monika W., für die Sport vor ihrer Zeit bei metime nie ein großes Thema war, weil ihr immer schon nach kurzer Zeit die Motivation fehlte. Sie hält jetzt schon seit zwei Jahren ihr Gewicht und fühlt sich rundum wohl und gesund. „Im metime Club herrscht eine wunderbare Wohlfühlatmosphäre. Das Training findet immer unter Anleitung eines qualifizierten Trainers statt, die Betreuung und Beratung der Frauen steht hier tatsächlich im Vordergrund. Mit zusätzlicher Bewegung im Alltag und der richtigen Ernährung kann man den Bauch weg bekommen“, berichtet Monika W. weiter.

Die Bauch-weg-Studie startet mit zwei Infoveranstaltungen im metime Club Wismar Wendorf, individuelle Termine sind ebenfalls möglich. Anmeldung dazu bitte per Telefon 03841-640 840.

Einbauküchen
Hausgeräte
Gastrotechnik

DAHLKE

Verkauf - Reparatur

Wir kümmern uns!

Rostocker Straße 69
23070 Wismar
Tel. 03841 283278
elektrodahlke@t-online.de
www.elektrodahlke.de

MÖBEL AN- & VERKAUF WISMAR

HAUSHALTS- AUFLÖSUNGEN KLEINUMZÜGE

Tel.: 03841 229965

Claus-Jesup-Straße 7 · 23966 Wismar
E-Mail: gebrauchtmobel-wismar@gmx.de

HERMES PaketShop

Geöffnet: 10.00–17.00 Uhr

WISMAR-ZEITUNG

Die nächste Ausgabe erscheint am
28. Februar 2019

Hunter
pro wood



VICTORINOX

LORENZ INNECKEN



23966 Wismar
Claus-Jesup-Straße 59a
E-Mail: innecken-wismar@gmx.de
Telefon: 03841 211220
Telefax: 03841 211212

AUTOGLAS WEMME



Steinschlag für **0,- €**

*Gilt für die Reparatur Ihrer Frontscheibe. Wir rechnen für Sie mit Ihrer Versicherung ab. Es erfolgt keine Höherstufung in Ihrer Teilkasko nach einem Schaden. Die Kosten übernehmen sehr viele Versicherer komplett, auch bei einer vorhandenen Selbstbeteiligung!



Unser Service für Sie
Werkstattersatzwagen, Fahrzeugabholservice
24-Stunden-Notruf unter: 03841 / 71 18 -1

Schiffbauerdamm 24 · 23966 Wismar
Telefon: 03841 - 71 18 -0

Mein persönlicher Buch-Tipp



Volker Stein, Hugendubel-Filialleiter

Liebe Bücherfreunde,

nachdem vor einigen Jahren im Bereich der historischen Romane vor allem das blutige Mittelalter boomte, zeichnet sich seit ungefähr zwei Jahren der Trend ab, dass vor allem Romane über die Nachkriegsjahre immer stärker nachgefragt sind, denken wir hier nur an Dörte Hansens „Altes Land“.

Nur über die frühen DDR-Jahre gab es mit Ausnahme des großartigen Romans „Kranichland“, der größtenteils sogar in Mecklenburg spielt, in der neueren Literatur nicht viele gut lesbare Alternativen.

Das ändert sich jetzt mit dem Roman „Allee unserer Träume“. Er führt uns in das Ostberlin der Nachkriegsjahre. Die Stadt liegt in Trümmern, aber die Lebenslust der Leute erwacht wieder. Wie Sie sich sicherlich erinnern, war es seinerzeit über viele Jahre Parteidoktrin, dass so manche Mittel nach Berlin flossen, die man auch gern im platten Land gesehen hätte, sowohl beim Geld und mancher Brigadeleistung als auch der Belieferung der HO-Läden.

Beim Architekturwettbewerb um die Karl-Marx-Allee bewirbt sich nun im Roman auch

die junge Architektin Ilse – als einzige Frau. Sie gewinnt den Wettbewerb, aber leider gibt ihr Ehemann die Entwürfe als seine eigenen aus. Ilse soll den Architekten jetzt nur zuarbeiten. Enttäuscht über die Ungerechtigkeit fasst Ilse einen konsequenten Entschluss und kämpft um ihr Werk und um den richtigen Mann an ihrer Seite.

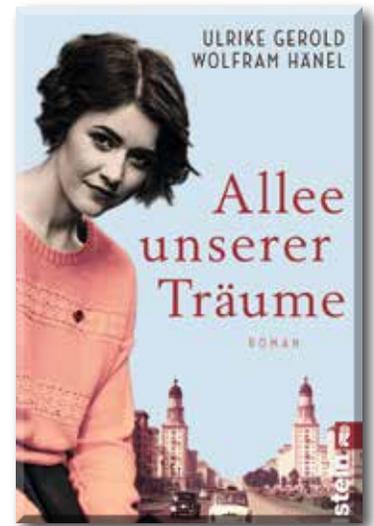
Wenn Sie jetzt glauben, dass sei doch alles etwas weit hergeholt, darf ich Sie gern berichtigen. Die Autoren beschreiben im Roman „Allee unserer Träume“ tatsächlich die Lebensgeschichte ihrer eigenen Mutter!

Volker Stein

Hugendubel

Das Lesen ist schön!

Ulrike Gerold & Wolfram Hänel
Allee unserer Träume, Roman
Ullstein Verlag, 320 Seiten,
Preis 11 Euro



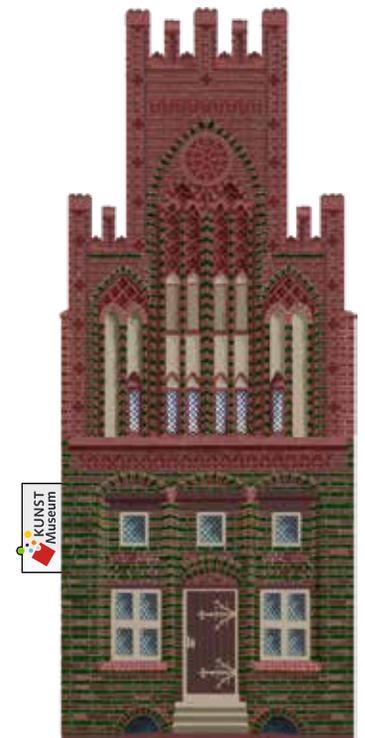
Ein „Kunstmuseum“ in der „Alten Schule“?

In der „Wismar-Zeitung“ vom 6. Dezember letzten Jahres stellte die Herausgeberin dieser Zeitung, Ines Raum, die bemerkenswerte Frage „Ein Kunstmuseum in der Alten Schule?“, aufgreifend eine Idee von Prof. Udo Scheel für ein Kunstmuseum in Wismar. Ich finde die Idee gut und bin dafür. Die seinerzeit vom Duo Dr. Rosemarie Wilcken/Prof. Gottfried Kiesow favorisierte Idee, die Alte Schule zu einem Zentrum/Museum für Backsteinbaukunst wieder aufzubauen, hat leider bis heute keinen Realisierungsschub erhalten. Wie wäre es, wenn man versuchte, beide Ideen zu verknüpfen? Ich könnte mir sehr wohl vorstellen, in einem Dauerausstellungsteil zur Backsteingotik diesbezüglich grundsätzliche künstlerische Fragen im Hinblick auf die um-

liegenden Objekte Georgenkirche, Marienkirche, Archidiakonatshaus zu beantworten und in einem Wechsel-Ausstellungsteil aktuelle Künstler „zur Präsentation“ kommen zu lassen.

Für mich wäre die Attraktivität eines solchen Museums, vor allem für Touristen, nur dann gegeben, wenn man sich hinsichtlich des Äußeren für ein Gebäude entscheidet, das erkennen lässt, dass es die „Alte Schule“ ist, am besten also ein Wiederaufbau, mindestens aber mit diesbezüglichen Elementen, also z. B. Gestaltung der Nordseite und des Westgiebels wie bei der historischen Alten Schule. Die Alte Schule war Wismars künstlerisch wertvollstes Gebäude, ohne das Äußere in alter Form wäre das Kunstmuseum kein solches.

Prof. Dr. Herbert Müller





Für ein familienfreundliches Online-Anmeldesystem für Kita-Plätze.

www.cdu-fraktion-wismar.de

KOMMUNALWAHL 2019

Wir stellen vor:

Roland Reppien
Wilfried Firtg
Eike Koebe
Hans-Jürgen Leja
Dr. Gerd Zielenkewitz

UNSER ÄLTESTENRAT

Weiterlesen → www.wir-fuer-wismar.de



FÜR
WISMAR
FORUM

PRÜNKIST
Seit 1995

**Erste Wintergarne gesenkt!
Jetzt zugreifen!**



Wolle • Garne • Zubehör
Hansestadt
Rostock & Wismar

Krämerstraße 8
23966 Wismar
Tel.: 03841 2270390
www.pruenkist.de

**Unser Team hat
Verstärkung bekommen**



**Ich bin gerne
für Sie da!**

von **Julia**
Ihr findet Sie jetzt im
Friseur Corner 38
Telefon 211146
Baustraße 38 · 23966 Wismar

Markthalle Wismar – Veranstaltungstermine



Februar 2019
**Sa. 16.02.
So. 17.02.**
von 10.00 bis 17.00 Uhr
Eintritt 1 €! Sie erhalten einen
Verzehrgutschein von 1,50 €

Veranstalter: Marktveranstaltung Janssen GmbH
Telefon: 04402 863840 · www.flohmaxx.de

**Wir suchen zur sofortigen Einstellung
gelernte Glas- und Gebäudereiniger (m/w)
in Vollzeit, im Raum Wismar/Rostock.**
Mit Führerschein – Fahrzeug wird gestellt.
Kontakt: 030 98 310040 oder 0162 2 80159

**Die lange vergriffenen Bücher von Petra Block
jetzt wieder bei Hugendubel lieferbar sind.**



Bäckerei und Konditorei
seit 1894

Adolf Tilsen



Claus-Jesup-Straße 34 · 23966 Wismar
Telefon: 28 25 34

Filialen: Richard-Wagner-Straße 3 · Krämerstraße 3
Hansecenter SKY · Am Wiesengrund 1

iperdi
intelligente Personaldienstleistungen

Wir suchen Mitarbeiter m/w/d

**Helfer Vollzeit,
Elekriker,
Maler,
Staplerfahrer
in Voll- und Teilzeit**

– mit super Bonusprogramm –
Wir freuen uns auf Ihren Besuch
und beraten Sie gern!

iperdi AHR GmbH · Mühlenstraße 30-32, 23966 Wismar · Tel.: 03841/30347-0 · www.iperdi.de

**Wismar feiert
Fasching
23.02.2019
Markt- und Eventhalle
Wismar**

Einlass: 19 Uhr Eintritt: 11,11 €

**Infos und Tickets:
Hansekontor Wismar (03841 222 890)
OZ-Servicecenter,
www.fasching-wismar.de**



**„All you can eat“-Lunchbüfett
im Restaurant „Gleisbett“**

Ab März dieses Jahres kann man sich im Restaurant „Gleisbett“, Bahnhofstraße 12a (rechts neben dem Bahnhofsgebäude), jeden 2. Sonntag (Start ist also am 3. März, danach 17. und 31. März) jeweils von 11.00 bis 15.00 Uhr beim Lunchbüfett nicht nur bei den beliebten Schnitzelklassikern, sondern



auch beim reichhaltigen Beilagenbüfett nach Herzenslust bedienen. Der Preis beträgt pro Erwachsenen 14,90 Euro, Kinder bis zu 12 Jahren zahlen 7,50 Euro. Reservierungen werden ab sofort montags bis freitags von 8.00 bis 14.00 Uhr per Telefon 03841 2288999 entgegengenommen. Kurzschnitzel sind natürlich auch herzlich willkommen.



**Lunchbüfett „All you can eat“
im Restaurant „Gleisbett“**

ab März • jeden 2. Sonntag im Monat – 11.00 bis 15.00 Uhr
Erwachsene: 14,90 Euro • Kinder bis 12 Jahren: 7,50 Euro
Reservierungen sind ab sofort möglich.

Bahnhofstraße 12 a · Wismar · Telefon 03841 2288999
E-Mail: dagmarboschan@web.de

Kurs für Senioren: Arbeiten mit dem Tablet

Aufgrund der großen Nachfrage führt der Seniorenbeirat der Hansestadt Wismar auch in diesem Jahr wieder einen „Anfänger-Kurs“ für Senioren durch, bei dem es um das Arbeiten mit dem Tablet geht. Der Kurs beginnt am 8. Februar 2019 und endet am 20. Juni 2019. Er findet zweimal monatlich in der Zeit von 9.30 bis 12.00 Uhr im Filmbüro, Bürgermeister-Haupt-Straße, 51-53 statt. Versierte Senioren-Trainer vermitteln Ihnen Unterricht am Tablet. Grundzüge

der Bedienung, wie E-Mail, Soziale Netzwerke oder konkrete Problembehandlungen, werden verständlich gemacht werden. Es wird darum gebeten, dass Personen, die bereits angemeldet sind, signalisieren, ob noch Interesse an der Teilnahme eines Kurses besteht. Die Kosten für die Teilnahme betragen 5 Euro pro Person. Anmeldungen nehmen Sie bitte unter Tel.: 03841 763992 vor, Ansprechpartner ist die Vorsitzende des Seniorenbeirates Karin Lechner.

Sagenhaftes im „Schabbell“ in den Winterferien



„Die Riesen bei Wismar“ ist eine der beliebten Sagen in der Sonderausstellung „Stadtgeister“. Im Ferienangebot können sich die Kinder von den Bildern für ihre Tonfiguren inspirieren lassen. Foto: Museum „Schabbell“

Das Stadtgeschichtliche Museum bietet ein kreatives Ferienangebot für Kinder zwischen acht und 14 Jahren an. Vom 5. bis zum 8. Februar 2019 findet jeden Tag von 10.30 bis 13.30 Uhr ein Workshop mit der Keramikerin

Marion Neumann aus Schwerin statt. Die Kinder lernen in der Sonderausstellung „Stadtgeister“ die schönsten Wismarer Sagen kennen. Im Anschluss modellieren sie unter Anleitung von Marion Neumann Figuren aus Ton. Dabei können Prinzessinnen, Zwerge oder Riesen, Ungeheuer oder ganz andere sagenhafte Figuren entstehen. Die Wismarer Sagenbilder geben dafür reichlich Anregungen, und der eigenen Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Die Arbeiten werden in der Schweriner Werkstatt der Keramikerin gebrannt und können später im Museum abgeholt werden. Tagesticket inkl. Materialkosten 10 Euro. Für eine kleine Pause bringt sich jeder etwas zu essen mit. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Um Anmeldung wird gebeten unter Tel.: 03841 2243110 oder E-Mail: museum@wismar.de.

10 Jahre Kalenderspenden von Sparkassenkunden



Oft sind es die kleinen Dinge, die Freude bringen und etwas bewirken. Daher ist vor zehn Jahren in der Sparkasse die Idee geboren, die jährlichen Bildkalender gegen einen Obolus abzugeben. In Zeiten knapper Kassen konnten so mittlerweile 35.698,15 Euro zugunsten regionaler Vereine und Einrichtungen weitergereicht werden. Ein tolles Ergebnis, für das die Sparkas-

se ihren Kunden DANKE sagt. Auch 2018 gingen die beliebten Bildkalender zum Jahresschluss für den „guten Zweck“ über den Tisch. Dank der Spendenbereitschaft vieler Sparkassenkunden kamen 2.949,77 Euro zusammen. Den größten Teil des Topfes mit über 850 Euro bekam das DRK Kinder- und Jugendfreizeitzentrum Wismar e. V. in der Friedrich-Teichen-Straße.

THEATER WISMAR



Jim Knopf & Lukas der Lokomotivführer Familienmusical

■ 10.02.2019 | Sonntag | 16.00 Uhr
| Großes Haus

Musik kennt keine Grenzen

Großer Galaabend

mit Linda Feller, Klaus und Klaus, Original Gamsbart Trio, Matrosen in Lederhosen, Reiner Kirsten, Sonja Christin, Eberhard Hertel

■ 24.02.2019 | 16.00 Uhr | Großes Haus

Kartenverkauf: Tourist-Information Wismar, Service-Center OZ
und unter www.eventim.de

Abendkasse (öffnet eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn):

Theater | Bürgermeister-Haupt-Str. 14, 23966 Wismar | Tel.: 03841 326040



Niges ut dat Kreisagrarmuseum

Das beliebte Schlachtfest des Kreisagrarmuseums findet am Sonnabend, dem 9. Februar 2019, ab 10.00 Uhr schon zum 12. Mal statt. Schlachter Dargel führt nicht nur das Schlachten und das Zerteilen vor, sondern er erklärt dabei auch jeden Schritt und jede Maßnahme. Aus welchem Teil wird der Schinken gewonnen?

Aus welcher Partie werden die Koteletts geschnitten? Aus welchem Fleisch wird welche Wurst gemacht?

Es wird auch Kostproben zu kaufen geben, sodass jeder sich von der Qualität der Erzeugnisse dieses Handwerks überzeugen kann.

Der Eintritt beträgt 2 Euro.

Ferienprogramm im „Schabbell“

Vom 4. bis 8. Februar lädt das Museum „Schabbell“ herzlich Kinder im Alter zwischen fünf und elf Jahren zu einem museumspädagogischen Programm ein. So geht es am Montag um die Butter, am Dienstag werden „Keks-Haus-Bäcker“ aktiv. Am Mittwoch geht es um Serviettenfalttechnik und am Donnerstag wird gefilzt.

Für den Eintritt des Winters wird am Freitag vorgesorgt, in dem für die Wildvögel Winterfutter bereit wird. Jeweils um 10.00 Uhr starten die Programme. Pro Teilnehmer beträgt der Kostenbeitrag 3 Euro.

Wir bitten um Anmeldung – spätestens am Vortag – unter Tel.: 03841 790020 (10.00 bis 15.30 Uhr).

Angebote der vhs Kreisvolkshochschule Nordwestmecklenburg

Kreativ mit der VHS: Ab Ende Februar sind neue und altbewährte Kurse im Angebot, u. a. ein Anfängerkurs für Acrylmalei ab 26. Februar sowie Pastellzeichnen ab 27. Februar.

Noch freie Plätze Sprachen kompakt: Englisch und Spanisch

Vom 18. bis 22. Februar finden wieder kompakte Sprachkurse am Vormittag statt: Für alle ohne Vorkenntnisse ist Englisch im Angebot, ein Spanischkurs ist für Interessierte mit Grundkenntnissen geeignet.

Eine neue Sprache im neuen Jahr lernen: Im Frühjahr startet die VHS mit Anfängerkur-

sen Englisch A1, 1. Semester ab 28. Februar, Italienisch ab 26. Februar, Spanisch ab 27. Februar und Russisch ab 13. März

Schach – das Spiel der Könige: Für Anfänger, die erste Regeln lernen und Partien spielen möchten, ist ein Grundkurs ab dem 26. Februar geplant.

Flamenco: Für alle, die sich für den spanischen Tanz schlechthin interessieren, ist ein Grundkurs ab dem 26. Februar mit Tänzerin Ana Sojor im Angebot.

Hatha-Yoga: Aufgrund der großen Nachfrage gibt es einen weiteren Yogakurs für Anfänger/-innen ab dem 28. Februar, jeweils 15.15 Uhr.

14. 14. 14.

Empfehlungen zum

Valentinstag!

14. 14. 14.



Fritz Fischer
Schmuck + Kunsthandwerk
Goldschmiedemeister
Hinter dem Rathaus 4 · Wismar
seit 1903

zum Valentinstag

B E R N S T E I N **S I L B E R**

mit Herzen schenken



www.Bernsteinfischer.de · Tel.: 03841 283508

Das Blumenschenken am Valentinstag hat schon eine lange Tradition – doch heute verwöhnt man sich auch gerne gegenseitig mit vielerlei, so z. B. mit einer Einladung zum Essen im Restaurant „Stern“, wo jedes Paar mit einem prickelnden Sekt empfangen wird. Der Goldschmiedemeister Fischer hat bestimmt auch für Sie ein passendes Geschenk in seinen schönen Vitrinen, schauen Sie doch mal rein!



Stern Restaurant
„Stern“

Lassen Sie sich zum Valentinstag
kulinarisch verwöhnen.

Jedes Paar begrüßen wir mit
einem Glas prickelndem Sekt.



Wir richten für Sie aus: **Feierlichkeiten aller Art**

Restaurant „Stern“, täglich ab 16.00 Uhr, an Sonn- und Feiertagen ab 11.00 Uhr

Lübsche Straße 9 · 23966 Wismar

Tel.: 03841 25774-0 · Fax: 25774-505

www.stadthotel-stern.de · reservierung@stadthotel-stern.de

Schiffahrt-Junioren wurde Zweite

Das nunmehr 7. Turnier der Schiffahrt-Junioren fand Ende Januar wieder mit Unterstützung der WISMAR-ZEITUNG statt. Am diesjährigen Turnier nahmen insgesamt sieben Mannschaften teil und jede Mannschaft spielte gegen jede in einer Staffel. Auf den ersten Platz kamen die Jungs von der SG Theodor Körner Lützow e. V. Die F2-Junioren von SV Schiffahrt Hafen Wismar 61 e. V. wurden in diesem Wettbewerb die Zweiten.



Das war schon immer so!

Diese Floskel fliegt flotter als wir Spatzen in jeden Winkel unseres Landes. Mit der kannst du zwar kein einziges Problem lösen, aber jede Diskussion beenden.

„Die oben machen die Gesetze, aber wir sollen sie bezahlen.“
„Das war schon immer so!“

Ja, tschilpe ich. Aber muss das immer so bleiben? Die Straßenausbaubeiträge werden wegfallen. Volksbegehren. Ausgerechnet einige Kommunalpolitiker sind dagegen. Sie wissen nicht, wie zukünftig die Finanzierung abgesichert werden soll. Sie fühlen sich mit den Problemen allein gelassen. Was machen sie? Sie suchen nach Argumenten.

Das Standardargument: „Bürger werden sich benachteiligt fühlen, weil sie vor dem Stichtag noch bezahlen mussten. Schlechte Stimmung, Widersprüche, Klagen.“ Stimmt! Aber soll man darum alles beim Alten lassen?



Das verharmlosende Argument: „Die Gebühren bewegen sich in einem niedrigen vierstelligen Bereich. Bisher hat noch keiner sein Grundstück aufgeben müssen.“

„Das wäre ja wohl auch das Letzte“, schimpft Schmillinski.

„Wer so spricht, hat allerdings zumindest an diese betrübliche Möglichkeit gedacht. Für mich Rentner war das Häuschen Ziel und Ergebnis meines Arbeitslebens, und ein vierstelliger Betrag ist mehr als meine monatliche Rente. Mein restliches Geld auf dem Sparbuch, inzwischen zinslos und von ständig erhöhten Beiträgen gebeutelt, brauche ich für Reparaturen, eventuell für die Erneuerung der Heizanlage oder für das Dach.“

Das politisch überhöhte Argument: „Systembruch. Infragestellung der sozialen Bindung an Eigentum. „Ja geht 's denn noch? Da sollte man einmal dort hinschauen, wo wirklich Geld ist. Vielleicht zu den globalen Großkonzernen, die nur einen Bruchteil ihrer Steuern zahlen.“

Das hochethische Argument: „Selber musste ich einen hohen Betrag bezahlen und nun kom-

men andere unterm Regen hindurch.“ Na, das ist doch nun wirklich edel. Das strahlt sittliche Reife und menschliche Vollkommenheit aus. Da weiß man sich in guten Händen. Oder?

Als Spatz hoffe ich für euch, dass eure Kommunalpolitiker ihre Argumente an die richtige Adresse senden. Auch künftige Probleme, wie die Neuregelung der Grundsteuer, die Stärkung des Pflegepersonals, die überfällige Rentenangleichung, die Schaffung einer Bürgerversicherung, um nur einige zu nennen, lassen sich durch solche Argumentation nicht lösen.

Ach, was bin ich froh, dass ich ein Spatz bin. Wir haben keine Gesetze, müssen nichts finanzieren und können über alles krakeelen. Das war auch schon immer so.

Tschilp!

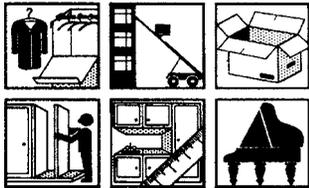
Euer Wismarer Stadtspatz

Bauen & Wohnen

**Wir kaufen Wohnmobile
+ Wohnwagen**
Tel.: 03944-36160
www.wm-aw.de (Fa.)

DIE 3 UMZÜGE
CONTAINER-LAGERUNG
INTERNATIONALE MOBELSPEDITION
Wismar 03841 284050
Schwerin 0385 55571

**Seffner
UMZÜGE**



Tel.: 03841 283037
23970 Wismar · Poeler Straße 17
www.seffner-umzuege.de



Objekt- und Wohnraumberatung:

Christof Kohlmayr, Raumausstattermeister
Montag - Freitag 10.00 - 18.00 Uhr
und nach Vereinbarung

- Naturmatten
- Dekorationen
- Allergietestete Haushaltswäsche
- Sonnen- und Sichtschutz
- Bodenbeläge aller Art
- eigene Polsterei

Gewerbegebiet Hoher Damm • Am Seeufer 1
23970 Wismar • Tel.: (03841) 21 49 81

schnellstmöglich · fachgerecht
freundlich · kompetent

Christiane Bartz Immobilien
Immobilien in Nordwestmecklenburg

- ✓ Verkauf
- ✓ Vermietung
- ✓ Neubau
- ✓ Marktwertermittlung



☎ 03841 25 79 100

🌐 www.christiane-bartz.de

**Sie wollen bauen und schöner
wohnen, renovieren, sanieren oder
umziehen – dazu brauchen Sie die
richtigen Partner.**



Frank Hoffmann

- Sanitär
- Heizung
- Bauklempnerei

Telefon 0177 2446240

Werkstatt: Speicherstraße 1a · 23966 Wismar

**Grabmale, Grabplatten, Einfassungen,
Fensterbänke, Treppenstufen aus Naturstein
Küchenarbeitsplatten, Waschtische
Anfertigung · Lieferung · Verlegung**

Wir arbeiten Ihr Altmaterial auf und um – nach Ihren Wünschen.

Steinmetzbetrieb Daniel Bork

Am Friedhof 2
23992 Neukloster/Meckl.
Telefon: 038422 20280
Telefax: 038422 25175

Wiesenweg 69a
23970 Wismar
Telefon: 03841 213052
Telefax: 03841 303890



Wir haben den richtigen Käufer
47 Jahre Erfahrung = Ihr Erfolgsgarant

GROSS IM HÄUSERMARKT
IN DER METROPOLREGION

IMMOBILIEN **SOLLMANN-ZAGEL**

Telefon: 038484 - 665 864

Wobau – gut und sicher wohnen
Wohlfühlwohnungen zum Erstbezug

2 Zimmer - seniorengerecht, Küche, Bad mit ebenerdiger Dusche, P.-Frege-Str.,
BJ 2019, EG, Terrasse, 66,3 m², KM 596,70 €, NK 165 €, V: 67 Kwh,
FW, Fußbodenheizung, Carport, bezugsfertig ab Juli 2019

2 Zimmer - seniorengerecht, Küche, Bad mit ebenerdiger Dusche, P.-Frege-Str.,
BJ 2019, EG, Terrasse, 80,48 m², KM 684,08 €, NK 201 €, V: 67 Kwh,
FW, Fußbodenheizung, Carport, bezugsfertig ab Juli 2019

5 Zimmer - Maisonette, Küche, 2 Bäder, P.-Frege-Str. 70, Balkon und Loggia,
BJ 2019, 1. OG, 151,97 m², KM 1.139,78 €, NK 380 €, V: 67 Kwh, FW,
Fußbodenheizung, Carport, ab Juli 2019

Alle Angebote sind zzgl. Mietkaution
www.wobau-wismar.de

0 38 41/757-0



Soltysik & söhne
Raumausstattung

Bodenbeläge Polsterei Dekorationen Sonnenschutz

Gerberstr. 15 23966 Wismar www.soltysik-soehne.de

Tel.: 03841-282562



Ostsee Bau Nord GmbH

Straßen und Tiefbau GmbH

Straßen- & Tiefbau / Pflasterarbeiten / Setzen von Natursteinen
Trockenlegungen / Hausanschlüsse
Entwässerungen

Tel.: 03841 6312965 • Fax: 03841 758710
Tümmelweg 5 • 23968 Wismar

GESUNDHEIT • FREIZEIT • WELLNESS



Mit der
Gesundheit ist es
wie mit dem Salz:
Man bemerkt nur,
wenn es fehlt.

Italienisches Sprichwort

Mehr als nur ein Job – Pflegedienst Hollstein ist eine echte Stütze



Selbstbestimmt und in Würde alt werden – wer möchte das nicht. Doch die Herausforderungen im Alter nehmen zu. Ganz gleich, ob es um die Treppen im Haus, den täglichen Einkauf oder gar die Pflege und Betreuung bei Krankheit, Bedürftigkeit oder Behinderung geht. In solchen Fällen braucht man Hilfe, die vertrauenswürdig, zuverlässig und doch zugleich menschlich ist. Helfende Hände, die auf die individuellen Bedürfnisse und Problemchen eingehen, sich Zeit nehmen und so zu einer wirklichen Stütze im Alltag werden.

Der Pflegedienst Hollstein aus Wismar bietet dies und noch mehr. Denn bei dem jungen Team stehen die ganz persönlichen Bedürfnisse jedes Menschen besonders im Fokus. So werden neben den klassischen Pfllegetätigkeiten, wie Waschen, Anziehen, Bewegungsübungen oder Wundversorgung, auch viele organisatorische Aufgaben übernommen. Sei es der Friseur oder die Fußpflege zu Hause, Krankengymnastik oder die entsprechende Ergotherapie. Nicht zuletzt organisiert das Team rund um Bettina und

Thomas Hollstein regelmäßige Ausfahrten mit ihren Klienten, bei denen abwechslungsreiche Aktivitäten, kulturelle Besuche und natürlich gemeinsames Essen in der Gruppe genossen werden können.

Das ist nicht nur eine willkommene Abwechslung vom Alltag, sondern vor allem eine berührende Möglichkeit, gemeinsame Zeit zu erleben. Selbstbestimmt und würdevoll.

Sie erreichen uns unter
Tel.: 03841/4706842 per E-Mail
info@pflagedienst-hollstein.de
und bei

HANNELORE FRIEDRICH *Individuell,
wie Sie!*
Optik

Ich lade Sie herzlich ein uns zu besuchen!

Wir messen kostenlos Ihre Sehstärken und kontrollieren Ihre Brille.
Wir informieren und beraten Sie auch gerne über das Tragen von Kontaktlinsen.
Schauen Sie vorbei und stöbern bei einer Tasse Kaffee durch unsere neuen Kollektionen und lassen sich von tollen Angeboten überraschen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihr
Jan-Pieter Friedrich

Hannelore Friedrich Optik GmbH
Lübsche Straße 33
23966 Wismar
Tel.: 03841 285115

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 8.30 Uhr - 18.00 Uhr
Sa. 9.00 Uhr - 13.30 Uhr
und nach Vereinbarung

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund
Wir helfen hier und jetzt

- Seniorentagespflege
- Urlaubs- und Verhinderungspflege
- Sozialstation
- Essen auf Rädern
- Betreutes Wohnen
- Erste-Hilfe-Ausbildung
- Kindertagesstätte
- KISS Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen
- Behindertenfahrdienst
- Rettungsdienst
- Katastrophenschutz

Geschäftsstelle
Dorfstraße 10
23968 Gägelow
Telefon: 03841 227200
Telefax: 03841 227203
E-Mail: ASB-Wismar@online.de · Internet: www.asbwismar.de

SCHMIDT
HÖRAKUSTIK
Martina Schmidt

Hörgeräte Otoplastik Batterien Zubehör Hausbesuche

– Kostenloses Probetragen –
– Hausbesuche – Kleinreparatursofordienst –

Großschmiedestraße 41 – 43
239x66 Wismar
Tel./Fax: 03841 211970

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
08.30–12.30 Uhr und
13.30–18.00 Uhr

www.schmidt-hoerakustik.de · E-Mail: info@schmidt-hoerakustik.de



MIT YOGA IN DEN FRÜHLING STARTEN

Mit sanften Körper- und Atemübungen aus dem Hatha Yoga können auch „Frühjahrs müde“ jetzt ihr Immunsystem stärken und neue Kraft tanken. Durch einen achtsamen Umgang mit dem Körper wird durch die Übungen Raum geschaffen, um auch mit der inneren Kraft und Ausgeglichenheit in Berührung zu kommen. Darüber hinaus können sich sowohl alte physische als auch mentale Strukturen lösen. Es heißt im Yoga „stretch your body – stretch

your mind“ (dehne deinen Körper – dehne dein Bewusstsein aus). Hierzu werden Impulse zu zentralen Themen des Lebens angeboten. Die Yogalehrerin Traute Neumann bietet donnerstags einen neuen Kurs in der Neustadt 40 (Hinterhaus) im Raum der „Lebenskunst im Hof“ an. Beginn ist am 14. Februar 2019 um 18.00 Uhr. Weitere Informationen und Anmeldung bei Traute Neumann Tel. 038424 22353 oder per E-Mail: traute.neumann@gmx.de.

Neue Pflegewohnanlage im Stadtzentrum über dem C&A

hier entsteht etwas Besonderes



Aufmerksame Beobachter haben bereits bemerkt, dass im ehemaligen Gesundheitsamt seit mehreren Wochen eifrige Umbauarbeiten durchgeführt werden. Hier wird am 1. März in unmittelbarer Nähe zum Wismarer Marktplatz eine neue Pflege- und Wohneinrichtung sowie eine Tagespflege für pflegebedürftige Menschen entstehen. Dabei setzt Dörte Pukowski, Standortleiterin des Pflegedienstes Hameyer, auf das innovative Versorgungskonzept von Pflege-Wohngemeinschaften!

Das Konzept einer sogenannten Pflege-WG sieht vor, dass mehrere Pflegebedürftige in einer großen Wohnung zusammenleben. Dabei besitzt jeder Bewohner ein Einzelzimmer mit Badezimmer. Die 1-Raum-Appartements sind darüber hinaus mit einer Einbauküche ausgestattet. Das gemeinschaftliche Leben findet in einem komfortablen Wohnbereich mit großer Küche und gemütlicher Fernsehecke statt. Durch einen Fahrstuhl haben die Bewohner die Möglichkeit, bei schönem Wetter das zentrale Stadtleben draußen oder im Innenhof zu genießen. Bei der Organisation des Alltags werden Sie durch geschultes Pflegepersonal unterstützt. Durch das Zusammenleben mehrerer Pflegebedürftiger in einem gemeinsamen Haushalt können deren Leistungen gebündelt werden, was eine optimale Versorgung rund um die Uhr ermöglicht. „Wir können dem Bewoh-

ner eine viel intensivere Betreuung ermöglichen, als wenn dieser alleine wohnt. Gleichzeitig bleibt jedoch ein hohes Maß an Autonomie und Selbstbestimmung bestehen. Die Pflegebedürftigen entscheiden selbst über ihre Alltagsgestaltung, die entsprechenden Pflegekräfte unterstützen sie dabei“, so Frau Pukowski, die in dem Modell einer Pflege-WG das „altersgerechte Wohnen der Zukunft“ sieht.

Bei den Umbaumaßnahmen hinter dem Rathaus 15 wurde insbesondere auf eine hohe Wohnlichkeit und die Barrierefreiheit Wert gelegt. Die Nachfrage nach verfügbaren Plätzen ist schon jetzt groß, doch Frau Pukowski geht es mehr um die richtige Zusammensetzung der Wohngemeinschaften: „In erster Linie möchten wir diejenigen Menschen helfen, die aufgrund körperlicher oder geistiger Einschränkungen nicht länger in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben können. Deswegen gibt es weiterhin die Möglichkeit, einen Platz in einer der Wohngemeinschaft zu erhalten.“ In Großstädten, wie Hamburg oder Berlin, ist das Modell einer Wohngemeinschaft im Alter bereits weit verbreitet. Vor allem demenziell erkrankte Pflegebedürftige nutzen diese Wohnform, um eine umfangreiche Alltagsbetreuung zu erhalten. Ein Musterappartement kann ab sofort besichtigt werden. Termine dazu können Sie bitte bei Frau Bormke unter Tel.: 0176/36341235 vereinbaren.



Wir suchen Auszubildende und Gesellen!

HÖRGERÄTE KERSTEN

28 x in Norddeutschland

Marktstraße 1 · 23968 Gägelow
Tel.: 03841 6298008

E-Mail: gaegelow@hoergeraete-kersten.de

Altwismarstraße 24 · 23966 Wismar
Tel.: 03841 213260

E-Mail: wismar@hoergeraete-kersten.de

www.hoergeraete-kersten.de

HÖRGERÄTE
KERSTEN



Osteopathie Praxis zur Altstadt Gabriela Sebbin

Erfragen Sie einen Kostenzuschuss
bei Ihrer Krankenkasse.

Dahlmannstraße 17 | 23966 Wismar
Tel.: 03841-303929
E-Mail: sebbeline@gmx.de



↳ Osteopathie ↳ Physiotherapie ↳ Heilkunde

Pflegedienst Zingelmann

Inh. Peggy Wieck

Bürozeit: Mo.-Fr. 9.00 bis 12.00 Uhr
Lübsche Straße 142 • 23966 Wismar
Tel.: 03841 211409 • Fax: 03841 252695
E-Mail: zingelmann@wismar-pflege.de



Foto: twinlili_pixelio.de



Foto: Petra Bork_pixelio.de



Petra Bork_pixelio.de Foto

FREIZEIT • WELLNESS

Wenn der Körper übersäuert ist ...

CHRISTINE DUBOIS kann Lösungen bieten

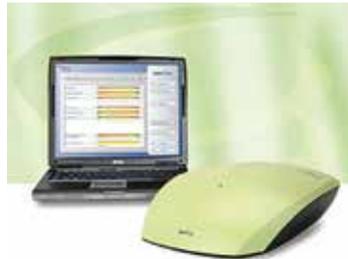
Passt Ihre Ernährung zu Ihrem Körper oder passen Sie sich laufend Ihren Beschwerden an?

Der Säure-Basen-Haushalt ist derzeit in aller Munde. Aber wie kann es passieren, dass der Körper übersäuert?

Neben dem beruflichen und privaten Stress führen Rauchen, falsches Trinkverhalten und eine unausgeglichene Ernährung zu einem trägen Stoffwechsel und damit zu einer chronischen Übersäuerung – sogenannte „Zivilisationskrankheiten“ treten auf. Unser westlicher Lebensstil kann Sodbrennen, Hautprobleme, Konzentrationsschwäche, Übergewicht, Verdauungs- und Magenbeschwerden, Gelenkprobleme etc. verursachen.

Genau diesem Thema widmet sich seit vielen Jahren die zertifizierte Stoffwechselberaterin Christine Dubois, die mit ihrem „Projekt: Gesundheit – was kann ich selbst tun?“ Antworten geben kann. Sie kennt die Ursachen chronischer Übersäuerung und deren Folgen.

In kostenlosen Vorträgen erfahren Sie dort u. a., was Stoffwechsel bedeutet, wie Übersäuerung entsteht, welche Folgen diese für Sie haben kann und vor allem, was Sie dagegen tun können. „Im Laufe meiner jahrelangen Tätigkeit habe ich festgestellt, dass ca. 70 Prozent der Menschen etwas für sich tun



wollen, aber nicht richtig wissen, wie. Ich kann Lösungswege aufzeigen“, so Frau Dubois.

Sichtbar kann die Übersäuerung durch eine Stoffwechselmessung werden. Moderne, hochsensible Medizintechnik macht es möglich. Diese Messergebnisse werden sofort ausgewertet und am Monitor verständlich aufgezeigt. Dabei wird ermittelt, ob eine Regulierung empfehlenswert ist. Hierfür gilt derzeit ein Aktionspreis von 20 € (statt normal 120 €).

Der nächste Vortrag findet am 20. Februar 2019 um 19.00 Uhr im Ökologischen Schulungszentrum Wismar, Lenensruhe 4, 23970 Wismar, statt.

Melden Sie sich hierfür bei Frau Dubois unter Tel.: 0170 5324071 an. Termine für die Stoffwechselanalyse werden auch vor Ort vergeben.



Einladung zum Vortrag



Sauer ist nicht lustig - mein Stoffwechsel und ich

Wann? Am Mi., den 20.02.2019 um 19.00 Uhr
Vortrag kostenfrei, Kapazitäten begrenzt. Um Anmeldung wird gebeten.

Wo? AWO Ökologischer Schulort Wismar Lenensruhe 4 (Nähe See), 23970 Wismar

Stoffwechselanalyse
 Wir messen u.a. Aktionspreis 20,- €

- Ihren Schutz vor Übersäuerung
- Ihren Stoffwechsel, Ihren Zellschutz
- Ihre Versorgung mit Nährstoffen und Wasser
- die Fähigkeit Ihres Körpers zu entgiften und zu regenerieren.

Gesundheit geht uns alle an
Christine Dubois - Gesundheits- und Stoffwechselberatung
 Wismarsche Str. 37, 18233 Neubukow, Tel. 038294/78883 o. 0170/5324071



Birgit Dargel
 exam. Altenpflegerin



**Urlaubs- und Verhinderungspflege
 Senioren- und Demenzbetreuung
 Hauswirtschaftliche Versorgung**

Bürozeiten: Dienstag von 14.00 bis 16.00 Uhr
 Donnerstag von 10.00 bis 16.00 Uhr

Franz-Liszt-Straße 3 · 23968 Wismar
 Tel.: 03841 396811 · Fax: 03841 396810

Persönliche Beratungsgespräche nach Vereinbarung

Familien & Senioren Hilfe Dargel

Individuelle Betreuung in Ihrem Zuhause!



MeckCura Pflegedienst
 Gemeinsam mehr Leben

Sie benötigen Unterstützung in den eigenen 4 Wänden?
 Wir besuchen Sie zu Hause und beraten Sie kostenlos.

DANN SIND SIE BEI UNS GENAU RICHTIG!

- ✓ **Ambulanter Pflegedienst**
- ✓ **Betreutes Wohnen**
- ✓ **Seniorenwohngemeinschaften**

Wir freuen uns auf Sie!

03841 2271671 oder www.meckcura.de

MeckCura Pflegedienst • Mühlenstraße 32 (Innenhof) • 23966 Wismar



HOLIDAY VIP SHUTTLE SERVICE

Ihr freundlicher
Flughafentransfer



Mit uns kommen Sie
sicher an Ihr Ziel.

WIR FREUEN UNS AUF IHREN ANRUF! • Telefon: 03841 629451 • Fax: 629452



Bettfedernreinigung u. Neuanfertigung

Annahmestelle: Wismar, Breite Straße 5 (Änderungsschneiderei)

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr.: 8.00–17.30 Uhr

Mi.: 8.00–16.00 Uhr

Sa.: 9.00–13.00 Uhr

Informationen:
03881 711817

ANZEIGENBERATUNG:

Brigitte Hoppe, Tel. 03841 287600 und 0152 06310017 +
Brunhild Fillbrandt, Tel. 03841 638623 und 0174 4696028
anzeigen@wismar-zeitung.de

Ü40 Party
www.Ü40-Party.com
Wismar

02.03.2019
Markt- und Eventhalle
Wismar

weitere Infos:
<http://www.ue40-party.com>

Tickets bei der Ostsee Zeitung,
Hansekontor Wismar und online
www.hansekontor-wismar.de

HK HANSEKONTOR WISMAR



Der
Dacia Sandero.

Deutschlands günstigster
Neuwagen.

Jetzt bei uns
Probe fahren!



Dacia Sandero Stepway
Celebration TCe 90
schon ab

11.650,- €

3 Jahre Garantie
oder **100 000 km**
Je nachdem, welcher Fall zuerst eintritt

• Multimediasystem Media-Nav Evolution mit Navigationssystem und 7-Zoll-Touchscreen • Einparkhilfe hinten, akustisch • 16-Zoll-Designräder in Schwarz/Glanzedreht • Mittelarmlehne vorne • Klimaanlage

Dacia Sandero TCe 90: Gesamtverbrauch (l/100 km): innerorts: 6,5; außerorts: 4,9; kombiniert: 5,5; CO₂-Emissionen kombiniert: 125 g/km; Energieeffizienzklasse: D. Dacia Sandero: Gesamtverbrauch kombiniert (l/100 km): 7,2 – 3,6; CO₂-Emissionen kombiniert: 125 – 96 g/km (Werte nach Messverfahren VO [EG] 715/2007)

Besuchen Sie uns im Autohaus. Wir freuen uns auf Sie.

AB AUTO-BAUER GMBH & CO.KG

OFFIZIELLER DACIA VERMITTLER

CHAUSSEESTR. 17 • 23968 GÄGELOW

03841-62 88 -0 • 03841-62 88 18

Abb. zeigt Dacia Sandero Stepway mit Sonderausstattung.

**SONNTAGS
BRUNCH**

nur **14,90 €** pro Person
jeden Sonntag von 11 - 15 Uhr
Kinder bis 6 Jahre frei

RESTAURANT STEAKS & MORE
Freizeit-Dorf-Mecklenburg
23972 Dorf Mecklenburg, Rambower Weg 8
Tel. 03841 - 30 444 44

anzeigen@wismar-zeitung.de

IMPRESSUM

Herausgeber:

AnzeigerVerlag Wismar GbR
Dankwartstraße 22, 23966 Wismar,
Tel. 03841 213213 und 0172 3108578
Fax: 03841 213195

Redaktion: Ines Raum,

Tel. 03841 213213 und 0172 3108578
redaktion@wismar-zeitung.de

Die Redaktion freut sich über eingereichte Beiträge, behält sich aber das Recht der Auswahl und der redaktionellen Bearbeitung vor.

Anzeigenverkauf:

Brigitte Hoppe, Tel. 03841 287600 und
0152 06310017, Fax: 03841 287601
Brunhild Fillbrandt, Tel. 03841 638623
und 0174 4696028, Fax 03841 638624
anzeigen@wismar-zeitung.de

Satz: Verlag „Koch & Raum“ Wismar OHG,

Dankwartstraße 22, 23966 Wismar
Druck: Hanse-Druck Wismar,
Mecklenburger Str. 28a, 23966 Wismar

Erscheinungsweise: 2 x monatlich
Auflage: 28.500 Exemplare

Verteilung: an Haushalte und
Unternehmen in der Hansestadt Wismar
und Gägelow