

SICHER WOHNEN FÜR GENERATIONEN



Bahnhofstr.39 A • 17358 Torgelow Tel. 03976 280550 • Fax - 2805590 www.tgw-eg.de • info@tgw-eg.de

Wieder mehr Treffen im neuen TGW-Jahr



it dem Nachbarn eine Tasse Kaffee trinken, gemeinsam einen Nachmittag verbringen oder auch mal zusammen einen Ausflug unternehmen - all das gehört ebenfalls zum Leben in der Genossenschaft. Pandemiebedingt musste zwei Jahre lang vieles ausfallen. Und so freuten sich die Mitarbeiter der TGW, dass in diesem Jahr das soziale Leben in der Genossenschaft wieder mehr Fahrt aufnahm. Und das im wahrsten Sinne des Wortes, wenn man an die diesjährige gemeinsame Busreise in den Vogelpark Marlow zurückdenkt (siehe Foto unten). Im Dezem-

ber nun können endlich wieder gemeinsame Weihnachtsnachmittage stattfinden. Und so soll es auch 2023 weitergehen! Im kommenden Jahr sind beispielsweise wieder die Feiern zu den runden Geburtstagen geplant, kündigt die Torgelower Wohnungsgenossenschaft an.

Darüber hinaus können sich na-

türlich die Mitglieder auch stets selbst einbringen, sei es beim regelmäßigen Mitgliedertreff, Skatabenden oder anderen Veranstaltungen.

Außerdem soll das Angebot des Fahrdienstes weiter ausgebaut werden. Leider wurden die planmäßigen Fahrten zum Einkaufen, zum Friedhof oder zum Arzt nur sehr selten angenommen. So wurden diese nun eingestellt. Trotz-

dem möchte die Genossenschaft soziale Aktivitäten weiter entwickeln und das Angebot in Bezug auf mobile Flexibilität wesentlich erweitern. Dafür ist eine rechtzeitige Anmeldung von Fahrten in den Büroräumen der Wohnungsgenossenschaft notwendig. Gefördert werden auch Vereinsfahrten zu Veranstaltungen, egal ob sportlicher oder kultureller Natur. Aber auch private Fahrtenz. B. nach Polen, zu Weihnachtsmärkten oder Dorffesten - werden unterstützt. Weitere Informationen erhalten die Mitglieder bei den Mitarbeitern der TGW.



Frohes Fest

Wir wünschen all unseren Mitgliedern eine schöne Vorweihnachtszeit, besinnliche Festtage im Kreise der Familie und einen guten und optimistischen Rutsch in 2023! Freuen wir uns gemeinsam auf ein geselliges TGW-Jahr!

Ihre Torgelower Gemeinnützige Wohnungsgenossenschaft eG

Herzlichen Glückwunsch

Die Torgelower Gemeinnützige Wohnungsgenossenschaft eG gratuliert ihren Jubilaren

Frau Gertrud Busse Frau Gisela Schaffernicht Herrn Hans Mentzel Frau Elli Warsow Herrn Friedhelm Behling Herrn Helmut Laxy Frau Christel Dumm Frau Edith Thieme Herrn Werner Kettel Herrn Jürgen Plondskowski Frau Hannelore Faltinath Frau Christa Foth Herrn Hans-Joachim Gueffroy Frau Karin Höppner Frau Helga Schilling

Vorwort FUER UNS // Dezember 2022

Bleiben Sie hoffnungsvoll und optimistisch!

as für ein Jahr! Es hat uns vor allem eines gelehrt: Absolut nichts ist selbstverständlich. Auch Frieden in Europa nicht. Kaum hatte die Welt die Pandemie scheinbar halbwegs in den Griff bekommen, schlitterten wir in einen Krieg unmittelbar vor unserer Haustür, so fühlt es sich zumindest an. Sorgenvolle Gedanken begleiten den Alltag und machen es manchmal schwer, optimistisch in die Zukunft zu blicken. Aber lassen Sie uns gemeinsam nicht die Hoffnung und den Glauben daran

verlieren, dass am Ende doch noch alles gut wird. Auch wir können Ihnen Ihre Sorgen nicht nehmen, aber Ihnen dennoch vielleicht Monat für Monat ein paar glückliche Lesemomente schenken. Das hoffen wir zumindest!

Blicken wir auf das vergangene Jahr zurück, so hat es uns wie viele Menschen in der Region herausgefordert, aber auch für etliche schöne Begegnungen, Erlebnisse und Momente gesorgt. So können wir FUER UNS resümieren: Unser Glas ist halbvoll und nicht halbleer.

In der Hoffnung, dass es Ihnen auch so geht, wünschen wir Ihnen von Herzen ein besinnliches und friedliches Weihnachtsfest im Kreise Ihrer Lieben und einen guten Rutsch in 2023. Möge das neue Jahr ganz viel Schönes für Sie bereithalten!

Unser persönlicher Wunsch für 2023 ist: Bleiben Sie versöhnlich mit sich selbst, der Welt und anderen Menschen, die auf dieser Erde leben. Bleiben Sie versöhnlich mit Menschen, die in Verantwortung stehen und täglich versuchen, die richtige Entscheidung - so es sie denn überhaupt gibt - zu treffen. Lassen Sie uns nicht nur fordern, sondern auch geben. Das ist neben all dem Konsum vermutlich auch der eigentliche Sinn von Weihnach-

ten. Stehen Sie beieinander, tauschen Sie sich aus und lassen Sie unsere Gesellschaft nicht noch weiter auseinanderdriften. Schließlich sind wir alle gefragt, wollen wir doch friedlich auf diesem Planeten miteinander leben und beisammensein. Zum Beispiel bei den hiesigen Advents- und Weihnachtsmärkten, Konzerten und vielen Veranstaltungen mehr, die Sie in der Vorweihnachtszeit wieder in der UER-Region besuchen können. Mehr dazu lesen Sie in dieser weihnachtlichen Ausgabe der FUER UNS. Nutzen Sie außerdem die Rabatt-Aktion in Ueckermündes Altstadt und schneiden Sie die Original-Coupons auf Seite 35 aus.

Wir freuen uns auf ein weiteres tolles und spannendes Jahr mit Ihnen! Ihre FLIFR LINS-Redakteure Silvio Wolff und Uta Bilaczewski

"Ich werde Weihnachten in meinem Herzen ehren und versuchen. es das ganze Jahr hindurch aufzuheben." Charles Dickens



HAFF Media



Folge uns auf Facebook /ueckerrandow und besuche unser regionales Internetportal unter www.Uecker-Randow.info



Liebe Leser, Sie haben sicher erkannt, dass es sich auf dem Titelbild dieser weihnachtlichen Ausgabe um den Weihnachtsbaum auf dem Ueckermünder Marktplatz handelt. Umringt von Schnee. Aufgenommen wurde das Foto im vergangenen Jahr Mitte Dezember, als Frau Holle die UER-Region mit einer Flockenpracht verwöhnte, die die gesamte Ueckermünder Altstadt in ein sehr schönes Licht tauchte. Sie sah aus wie gemalt. Ein Fotofilter verleiht dieser Aufnahme ihren kunstvollen Charme. Foto: S. Wolff

IMPRESSUM

Das Magazin FUER UNS wird herausgegeben von HAFF media GbR Ueckerstraße 109 17373 Ueckermünde



Persönlich haftende Gesellschafter Silvio Wolff | Stefan Wolff Telefon: 039771 816116 Mail: info@haffmedia.de www.haffmedia.de

Steuernr. 084/155/22550

Dezember

REDAKTIONSSCHLUSS: Januar Ausgabe - 15.

Auflage: ca. 13.000 Exemplare Verbreitung: Uecker-Randow Druck: WIRmachenDRUCK GmbH Mühlbachstr. 7 71522 Backnang

Verantwortlich für den Inhalt nach § 55 RStV sind Silvio Wolff und Stefan Wolff

Die Redaktion behält sich das Recht der auszugsweisen Wiedergabe von Zuschriften vor. Veröffentlichungen müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Das Magazin enthält Fotos und Grafiken von pixabay, storyblocks und wikipedia.

Die in diesem Magazin veröffentlichten Inhalte und Werke unterliegen dem Urheberrecht. Jede Weiterverwertung bedarf einer vorheriaen schriftlichen Einwilligung des Autors bzw. Urhebers.

Die AGBs unter www.haffmedia.de



So erreichen Sie uns!

Silvio Wolff 0172 7147975 s.wolff@haffmedia.de

Uta Bilaczewski 0170 4751533 u.bilaczewski@haffmedia.de

info@haffmedia.de

Ihr FUER UNS Team













Tief verwurzelt mit der Region: Sparkasse pflanzt 1000 Bäume

Diesen Pilz konnte man nun wirklich nicht übersehen, der kürzlich im Wald bei Nadrensee zu finden war. (Glücks)-Pilz namens Winni kam gemeinsam mit Vertretern der PS-Lotterie und der Sparkasse Uecker-Randow, um die ersten von insgesamt 1000 Bäumen zu pflanzen.



"Mit den Zweckerträgen aus dem PS-Lotterie-Sparen fördern die Sparkassen in ihren Regionen schon sehr lange soziale und ökologische Projekte", erklärte Wolfgang Zender, Aufsichtsratsvorsitzender der Lotteriegesellschaft der Ostdeutschen Sparkassen. Nun werden ganz konkret Baumpflanzungen wie hier im Wald bei Nadrensee vorgenommen. Dabei arbeitet die Lotterie mit der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald e. V. zusammen, die sich als Empfänger des Geldes um die Anpflanzung kümmert. An dieser Stelle nun wächst bereits der fünfte Sparkassenwald Ostdeutschlands.

Insbesondere den Fichten in diesem Waldstück bei Nadrensee setzten die extreme Trockenheit der letzten Jahre und der Borkenkäfer stark zu. Die Stürme in diesem Jahr sorgten dann zusätzlich für weitere große Ausfälle. So freute sich der Waldbesitzer über die Unterstützung der Sparkassen, um den Wald wieder aufzuforsten. Gepflanzt wurden nun Eichen, Buchen und Linden. Hinzu kommen noch Flatter-Ulmen, um am Ende einen vielfältigen, ökologisch wertvollen und klimastabilen Mischwald entstehen zu lassen. Die Flatter-Ulmen entstammen ausschließlich regionalen Saatgutbeständen.

"In Mecklenburg-Vorpommern hat der Schutz der Umwelt und besonders der Wälder seit jeher einen hohen Stellenwert. Als Sparkassen sind wir fest in der Region verwurzelt - und jetzt sogar im wahren Sinne des Wortes", führt Annett Zahn, Vorstandvorsitzende der Sparkasse Uecker-Randow, aus. Das Thema Nachhaltigkeit wird immer wichtiger und fließt in viele Tätigkeitsbereiche der Sparkasse ein. "Wir müssen wirklich ernsthaft etwas tun", betont Annett Zahn und ist froh, dass hier das Geld der PS-Lotterie so nützlich eingesetzt wurde. Immerhin mit mehr als 43 Millionen Euro pro Jahr unterstützen die ostdeutschen Sparkassen in ihren Regionen gemeinwohlorientierte Anliegen. Hinzu kommen jährlich über zehn Millionen Euro aus dem Zweckertrag durch den Verkauf der PS-Lose.



Sparen, gewinnen und Gutes tun – so funktioniert es

Die Lotterie, bei der alle gewinnen: Mit dem PS-Lotterie-Sparen schaffen Sie sich ein Sparguthaben, sichern sich attraktive Gewinnchancen bei zwölf Monats- und drei Sonderauslosungen im Jahr – und helfen gleichzeitig gemeinnützigen Vereinen, sozialen Einrichtungen und nachhaltigen Projekten in Ihrer Region.

Je verkauftem Los fließen 25 Cent in den Zweckertrag. Von diesen 25 Cent vergeben die Sparkassen 15 Cent an ausgewählte Vereine, soziale Einrichtungen und nachhaltige Projekte in ihren jeweiligen Regionen. Weitere zehn Cent werden durch die Ostdeutsche Sparkassenstiftung für die überregionale Kulturförderung eingesetzt.

PS-Lose können Sie ganz bequem von zu Hause aus im Internet bestellen oder in einer Filiale Ihrer Sparkasse kaufen.



FUER UNS // Dezember 2022 5

Ukranen legen Weltacker an: 2000 m² für jeden Menschen

eilen wir die Ackerfläche dieser Welt durch die Zahl ihrer Bewohner ergibt das etwa 2000 m² pro Mensch. Darauf muss alles wachsen, was wir verbrauchen. "Das ist mehr als genug, um einen Menschen gut und gesund zu ernähren und auch noch mit Tee, Kaffee, Kakao, Baumwolle und anderen Mitteln zu versorgen", erklärt Wolfgang Schubert, Vorsitzender der Torgelower Ukranen. Und genau diese 2000 m² werden nun direkt neben dem Ukranenland als sogenannter Weltacker angelegt. Darauf sollen die jeweiligen Nahrungs- und Genussmittel im Verhältnis zum Anteil an der Weltackerfläche angebaut werden, soweit die vom Standort abhängigen klimatischen Verhältnisse es erlauben.

Das Freilichtmuseum hat sich in den vergangenen 25 Jahren auch als außerschulischer Lernort etabliert. Dieses Angebot soll nun durch dieses Projekt erweitert werden. Von A wie Ackerbohne bis Z wie Zucchini sollen diverse Kulturen der globalen Anbaufläche angelegt und so das Bewusstsein für den Umgang mit der Lebensgrundlage Boden und unserer Ernährung geschaffen werden. Die Idee zum Weltacker, auch 2000 m² genannt, wurde erstmals in Berlin 2015 durchgeführt und wurde be-

reits von mehreren Initiativen

aufgegriffen.
Es ist ein Projekt, das zum Nachdenken anregt: Wie ernährten sich unsere Vorfahren? Was essen wir in heutiger Zeit? Und wie soll die Ernährung in Zukunft aussehen? Ein Schwein beispielsweise benötige den Ertrag von 1000 m² Fläche, um es schlachtreif zu füttern. Und der Durchschnittsdeutsche isst jährlich ein halbes Schwein. So ginge also schon ein Großteil allein dafür verloren. In weiten Teilen der Erde verbraucht der Mensch deutlich mehr, als ihm durchschnittlich gesehen zur



Verfügung stünde und andere dementsprechend weniger. Mit Hilfe des Weltackers können

also Verbräuche und Zusammenhänge sichtbar gemacht werden.

Im Herbst dieses Jahres wurden die ersten Vorbereitungen für die Fläche in Torgelow getroffen. Im Frühjahr sollen die ersten Pflanzungen vorgenommen werden. Das Projekt kann zukünftig von vielen Akteuren der Region genutzt und mit Leben erfüllt werden.

Fischereigenossenschaft "Haffküste" eG **

Frischfisch – direkt vom Fischer

erhalten Sie in unserer Fischverkaufsstelle Ecke Ueckerdamm/Kirchgasse



Zander
Aal
Barsch
Lachs
Hering
Flundern
viele Sorten
Räucherfisch
und Marinaden

Karpfen zu Weihnachten und Silvester

Unsere Öffnungszeiten

Dienstag 20.12. - Freitag 23.12. von 9.00 bis 16.00 Uhr Dienstag 27.12. - Freitag 30.12. von 9.00 bis 16.00 Uhr

Verkaufsstelle Ueckerdamm in Ueckermünde Tel.: 039771/53393

Fischereigenossenschaft "Haffküste" Kanalweg 8 b in Ueckermünde

Tel.: 039771/22630

Telefonische Vorbestellungen nehmen wir gern entgegen.

Wir wünschen allen Kunden ein frohes Weihnachtsfest sowie zum Jahreswechsel Gesundheit, Glück und Erfolg.



Wir suchen ab sofort

Pflegehelfer (m/w/d) Pflegefachkräfte (m/w/d)

Bewerben Sie sich jetzt!

Das Pflegezentrum DysCare in Eggesin bietet professionelle Pflege rund um die Uhr mit einem ganzheitlichen und interdisziplinären Ansatz.

Sie suchen eine Unterbringung für Ihre Angehörigen? Dann haben wir noch freie Kapazitäten. Die Aufnahme erfolgt unabhängig vom Pflegegrad. Wir beraten Sie gern.

DysCare Pflegezentrum

Zentrum für Intensiv- & Beatmungspflege Nicole Wolf & Monique Finck Karl-Marx-Straße 60 | 17367 Eggesin Tel. 039779 893783 | Mobil 0172 6928473 www.dyscare.com













ELEGANT gestylt

Verschenken Sie einen Friseur-Gutschein!

riseur-Trainerin Christina Piehl war voller Vorfreude. Die Goldwell-Mitarbeiterin kam aus der Nähe von Rostock ans Haff gefahren, um ihr Wissen an die ELEGANT Friseurinnen und Friseure weiterzugeben. Hauptthema am Seminar-Tag: Färbetechniken. Zum Beispiel die Trend-Technik Balayage. Dahinter verbirgt sich eine natürliche Strähnen-Technik, erklärt die Fachfrau. Die Bezeichnung Balayage kommt vom französischen Wort "balayer", was so viel heißt wie "fegen". Die Farben werden bei dieser Technik für einen natürlichen Look also mit einem Pinsel ins Haar "gefegt" beziehungsweise frei aufgepinselt. Egal, ob Blond, Rehbraun oder Herbstrot, dieser Trend ist beliebt.

Die Färbetechnik Ombré hingegen heißt übersetzt Schatten und war auch Inhalt am Seminartag. Bei dieser Technik verläuft die Haarfarbe vom Haaransatz bis zu den Spitzen und wird nach unten hin immer heller. Kurzum: Der Unterschied zwischen Balayage und Ombré liegt darin, ob der Kunde lieber eine graduelle Farbabstufung (Ombré) oder einen dezenteren All-over Effekt (Balayage) wünscht.

Mitgebracht hatte die Friseur-Trainerin auch viel Wissen über die Goldwell Gloss Tones. Dabei handelt es sich um ein Veredlungsprodukt für die Haare, das sie zusätzlich glänzen lässt, erklärte Christina Piehl. Friseurin Ramona Wegner durfte sich von der glänzenden Haarveredlung selbst überzeugen.

Ebenso waren Babylights Thema am Haff. Die superfeinen Strähnchen sind perfekt für alle, die ein wenig Farbe und Veränderung in ihr Haar bringen, sich aber nicht komplett von ihrer Naturhaarfarbe trennen wollen

Das und noch viel mehr haben die Elegant Friseurinnen und Friseure bei Kolleginnen oder Modellen ausprobiert. Und letztlich waren alle glücklich mit den tollen Ergebnissen. Elegant-Geschäftsführerin Marianne Neuenfeldt freute sich, ihren Mitarbeitern nach einer langen pan-







Friseur-Trainerin Christina Piehl von der Firma Goldwell (unten links) war bei ELEGANT zu Besuch. Die Friseurinnen und Friseure haben von ihr viel gelernt.

demiebedingten Pause wieder ein Seminar anbieten zu können. Also, liebe Kunden, das ELEGANT-Team ist frisch geschult und schickt Sie mit natürlichen Looks in die Weihnachtszeit und ins neue Jahr. Kleiner Tipp: Ein Friseurgutschein ist immer auch ein schönes Geschenk und macht sich sehr gut unterm Weihnachtsbaum! Von Uta Bilaczewski

ELEGANT

schönheit & pflege

Friseur und Kosmetik Elegant eG

Ueckerstraße 99 • 17373 Ueckermünde Tel.: 039771 22 52 0 Wir danken unseren lieben Kunden und treuen Geschäftspartnern für das uns entgegengebrachte Vertrauen und wünschen Ihnen und Ihren Familien ein besinnliches Weihnachtsfest sowie Gesundheit und viele glückliche Momente im neuen Jahr. Wir freuen uns auch 2023 auf Sie!

Ihre Marianne Neuenfeldt, Geschäftsführerin



Ueckermünder Weihnachtsmarkt

Fr, 16.12.2022

10:00 Uhr Kinder schmücken den Weihnachtsbaum

und die Bühne

Kita "Stadtmitte" des DRK-Kreisverbandes

Uecker-Randow e. V.

16:00 Uhr Eröffnung Weihnachtsmarkt und

Händlermarkt

17:00 Uhr Kreismusikschule Uecker-Randow

18:00 Uhr Stadtwette

19:00 Uhr Glühweinparty

mit Jonny Henning

19:30 Uhr Lasershow

20:00 Uhr Jonny Henning Teil II

(Ende 22:00)

So, 18.12.2022

11:00 Uhr Bläserklasse Ferdinandshof eröffnet

den Weihnachtsmarkt

13:00 Uhr Musikalische Weihnachtssterne der

Kreismusikschule UER

14:00 Uhr Jagdhornbläsergruppe der Jägerschaft UER

15:30 Uhr Weihnachts-Tombola

Prämierung beste Weihnachts-Hütte,

-Kostüm & bestes Heißgetränk

16:00 Ueckermünder Tanzmäuse UTV

17:00 Weihnachten in Familie mit Jenny Stage

18:00 Ankunft und Weitergabe des Friedenslichtes aus Bethlehem

(Ende 19:30)

Sa, 17.12.2022

11:00 Uhr Einstimmung durch Blechbläser

der Kreismusikschule UER

11:30 Uhr Weihnachtslieder Kreismusikschule UER

14:00 Uhr Musikalische Weihnachtssterne

der Kreismusikschule UER

15:00 Uhr Ueckermünder Weihnachtskalender

Kulturwerk Altstadt e. V. Ueckermünde

16:00 Uhr Musikalische Weihnachtssterne

der Kreismusikschule UER

17:00 Uhr Kurt Witt Teil 1

18:00 Uhr Abendgruß "Besuch aus dem

Märchenwald", anschl. Lampionumzug

18:30 Uhr Kurt Witt Teil 2

19:00 Uhr Weihnachtstombola

19:30 Uhr Glühweinparty

mit Er & Er

(Ende 23:00)





Wir wünschen unseren Mietern und Geschäftspartnern ein besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr! Bleiben Sie zuversichtlich!

UWG

UECKERMUNDER WOHNUNGSBAUGESELLSCHAFT mbH

UWD

UECKERMÜNDER WÄRMEVERSORGUNG & DIENSTLEISTUNGSGESELLSCHAFT mbH

Gerichtsstraße 9 17373 Ueckermünde Tel. 039771 59160 - Fax 039771 591622 verwaltung@wohnen-am-haff.de www.wohnen-am-haff.de

Ueckermünder KULTurSPEICHER

Weihnachtsmarkt & Jahresabschluss-Konzert

s ist zu einer schönen Tradition geworden, dass parallel zum Weihnachtsmarkt in Ueckermünde auch der Speicherverein zu einem weihnachtlichen Markt einlädt. Regionale Händler bieten an kleinen Ständen im Haus ihre Waren und Produkte an. Ein Duft von Kaffee, Tee, Glühwein und selbst gebackenem Kuchen wird am 4. Adventswochenende also wieder durch das historische Gemäuer ziehen. Regionale Köstlichkeiten vom Grill bietet Familie Deilitz vom Dexterhof Meiersberg an. Von 10 bis 18 Uhr hat das Haus seine Türen am 17. und 18. Dezember für Sie geöffnet. Schauen Sie also gern vorbei und lassen die weihnachtliche Atmosphäre auf sich wirken. Die Mitalieder des Speichervereins, die diese Veranstaltung jedes Jahr liebevoll und mit viel Engagement vorbereiten, freuen sich auf Sie.

Bastian Semm 28.12.2022 | 20 Uhr

gemeinde am Haff freut sich schon auf ihn. Der sympathische Musiker fühlt sich seit jeher der

> amerikanischen Singer/ Songwriter-Tradition verbunden. In seinen eigenen Liedern kombiniert Country, Folk, Blues und Americana. Er taucht in seinen Konzerten authentisch und unverfälscht

Los geht's am 28. De-

zember um 20 Uhr. Einlass zum Konzert ist ab 19 Uhr.

Wenn Bastian Semm gerade nicht auf der Bühne steht und singt, lächelt er in Kameras - genauer gesagt Fernsehkameras. Kennen ihn viele Fans noch als Klaus Störtebeker in Ralswiek auf der schönen Insel Rügen (2013 - 2017), so war er 2022 in der beliebten Fernsehserie "Alles was zählt" zu sehen. Aber auch als Kriminalhauptkommissar Martin Vogt in "Verbotene Liebe" dürfte er so manchem Fan noch im Gedächtnis geblieben sein. Ebenfalls spielte er in der Serie "Freundinnen – Jetzt

erst recht" den GUFA-Chef Florian Berger. Lassen Sie sich also überraschen, mit welchen kleinen Anekdoten im Koffer er in diesem Jahr ans Haff reist. Denn gern nimmt er das Publikum zwischen seinen Liedern ein Stückchen mit durch sein Leben. Kartentelefon: 039771 54262

Von Uta Bilaczewski

Gefördert wird das Konzert im Ueckermünder KULTurSPEICHER von Neustart Kultur.





Änderungen vorbehalten

ZVG Veranstalter

Bastian Semm

Bastian Semm gibt im Speicher seit vie-Jahren das letzte Konzert der Saison und mit liebgewonnenen Traditionen soll man bekanntlich brechen. Seine Fan-

Wir wünschen Ihnen schöne Weihnachten und einen guten Rutsch in ein sorgenfreies Jahr voller Musik und schöner Momente! Ihr Speicherverein in seine "Storytelling Songs" ein.

Mehr Infos zu den Konzerten und anderen Veranstaltungen auf www.speicher-ueckermuende.de



Heimat- und Burgverein Löcknitz

Ein ereignisreiches Jahr neigt sich mit LESEZAUBER dem Ende

as Leben des Heimat- und Burgvereins Löcknitz kam im März nach langer Zwangspause mit dem Ostermarkt im wahrsten Sinne des Wortes "in Schwung". Beim Verein herrschte absolute Ungewissheit: Wird das Fest stattfinden können oder gibt es wieder eine Anweisung oder neue Verbote? Doch letztlich wurde zum Glück alles anders als in den Jahren zuvor. So resümiert der Verein heute: Das Jahr 2022 ist ein Ausnahmejahr in jeder Hinsicht! Die Mitglieder freuen sich über die steigenden Besucherzahlen bei ihren monatlichen Veranstaltungen auf dem Löcknitzer Burggelände, wenn sie dabei auch so manches Mal an ihre Grenzen stießen. Sogar sieben neue Mitglieder, die sich aktiv am Vereinsleben beteiligen, wurden aufgenommen. So ist es für den Verein auch kein Problem, die letzte Veranstaltung in diesem ereignisreichen Jahr vorzubereiten. Es ist der LESEZAUBER mit der uckermärkischen Literaturpreisträgerin Kena Hüsers am Sonntag, 4. Advent, um 15 Uhr.



Im weihnachtlich geschmückten Gemeindesaal auf dem Burggelände wartet der Verein dann am 18. Dezember mit einer Überraschung vor der Lesung auf: Einer Bierverkostung! Und zwar aus der Privatbrauerei der umtriebigen Künstlerin Kena Hüsers. Sie ist ein Multitalent, aber das können die Besucher am 4. Advent selbst heraus-

finden, machen die Löcknitzer Vereinsmitglieder neugierig. Sie dürfen also gespannt sein, ob sie aus ihrem neuen Kriminalroman vorliest oder gar eine Kostprobe aus all ihren bisher erschienenen Büchern gibt. Sie sind herzlich eingeladen, den Tag in fröhlicher Runde zu verbringen.

An dieser Stelle bedankt sich der Vereinsvorstand bei allen aktiven Vereinsmitgliedern, vielen Helfern und vor allem bei den Sponsoren. Das vielfältige kulturelle Programm konnte der Verein nur durchführen mit Hilfe einer Förderung der Deutschen Stiftung für Engagement und Ehrenamt und die Unterstützung der Gemeinde Löcknitz und des Amtes Löcknitz-Penkun.

Als Mitglied im Heimatverband MV wurde der Heimat- und Burgverein Löcknitz ebenfalls unterstützt. Das Projekt "100 Laptops für 100 Heimatstuben - technische Grundausstattung für ehrenamtlich geführte Heimatstuben" wurde initiiert und ausgeführt vom Heimatverband MV e. V. und gefördert durch "Die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien", das Sonderprogramm "Neustart Kultur", durch den "Deutschen Verband für Archäologie" und das Ministerium für Wissenschaft, Kultur, Bundes- und Europaangelegenheiten.













Musikmuschel in Ueckermünde schließt zum Jahresende die Türen

Nach 14 Jahren ist nun endgültig Schluss. Die Musikmuschel in Ueckermündes Altstadt schließt nach Weihnachten. Inhaberin Waltraud Eberbach hat sich diese Entscheidung nicht leicht gemacht, sie liebt ihr Geschäft. Einst mit Instrumenten begonnen, entdeckte die Mönkebuderin ziemlich schnell ihre Leidenschaft für erzgebirgische Holzkunst. Waltraud Eberbach bezog ihre erzgebirgischen Produkte hauptsächlich von den Firmen Wendt & Kühn, Ratags, Kuhnert und



gehören zum Sortiment des Geschäfts

auch von Graupner. Die Umsätze sind in den letzten Jahren allerdings stark zurückgegangen. Zu wenig Menschen in der Region nutzten ihr Angebot - vor allem im Hinblick auf Musikinstrumente und jegliches Zubehör. Die pandemiebedingten Schließungen haben, so die Erfahrung der Unternehmerin, dem Online-Handel außerdem in die Karten gespielt. Noch mehr Menschen kaufen im Internet und nicht im Fachgeschäft vor Ort, so die Mönkebuderin. "Leider!" Schweren Herzens musste die Inhaberin deshalb diese Entscheidung treffen. "Das ist so schade", wie eine Kundin sagt. "Aber wenn nichts bei rumkommt.

Bis Waltraud Eberbach nach Weihnachten zum letzten Mal ihre Musikmuschel aufschließt, ist es allerdings noch eine Weile hin. Noch gut drei Wochen können Sie in dem Liebhabergeschäft, Ueckerstraße 56 (in der Nähe der Sparkasse), einkaufen gehen - und zwar zu günstigeren Preisen. Auch auf dem Ueckermünder Weihnachtsmarkt wird Waltraud





Der Abverkauf hat begonnen. Die beiden Schmuckstücke, die Waltraud Eberbach in ihren Händen hält, haben bereits ein neues Zuhause gefunden. Sie sind verkauft

Eberbach einen Stand haben, ob sie dann allerdings noch Schwibbögen und andere weihnachtliche Holzschätze aus dem Erzgebirge dabei hat, weiß sie nicht. Kommt darauf an, wie gut der Abverkauf läuft. "Vielleicht bringe ich dann Osterhasen mit", kündigt sie an.

Die Musikmuschel hat Montag

Rüdiger Schink

Geschäftsführer

und Donnerstag von 15 bis 18 Uhr, Dienstag, Mittwoch und Freitag von 9.45 bis 12.30 Uhr und nach Vereinbarung geöffnet. Rufen Sie einfach an unter Tel. 039771 591093 oder 0152 23599297 oder schreiben Sie eine Mail an musikmuschel@t-online.de!

Von Uta Bilaczewski



Wir wünschen unseren Patienten, ihren Angehörigen, den Teams der Arztpraxen sowie unseren Kooperationspartnern von Herzen eine schöne Weihnachtszeit und einen guten Rutsch in ein hoffentlich sorgenfreies neues Jahr. Genießen Sie die besinnlichen Stunden im Kreise Ihrer Lieben und bleiben Sie uns auch 2023 gewogen. Wir sind weiterhin gern für Sie da!

Ihr Pflegedienst Stügerhoff - Team



Pflegedienst Stügerhoff · Haus-& Familiendienst Stettiner Straße 37 · 17367 Eggesin Telefon 039779 29427 • www.pflegedienst-stuegerhoff.de

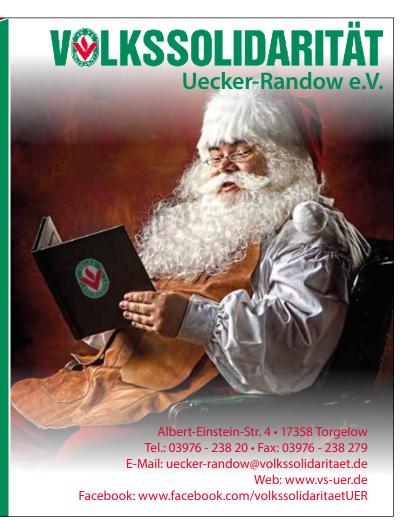


Karlsfelder Str. 1 | 17358 Torgelow Tel.: (03976) 256719-0 Fax: (03976) 256719-66 E-Mail: info@antax-torgelow.de

Frohe abelhnachten!

Wir bedanken uns ganz herzlich für die gute Zusammenarbeit und das uns entgegengebrachte Vertrauen.
Wir wünschen Ihnen ein schönes
Weihnachtsfest und einen guten
Rutsch ins neue Jahr. Bleiben Sie gesund und lassen Sie uns weiterhin
Solidarität leben - und zwar
"Miteinander - Füreinander"!
Von Herzen

Ihr Vorstandsvorsitzender Patrick Dahlemann und Ihre Geschäftsführerin Heike Nitzke Volkssolidarität Uecker-Randow e. V.







www.sparkasse-uecker-randow.de

Werte Kunden,

für die gute Zusammenarbeit und das entgegengebrachte Vertrauen bedanken wir uns.

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie eine besinnliche Adventszeit, ein schönes Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr.

Auch in 2023 sind wir gern wieder an Ihrer Seite in allen Fragen, wenn's um Geld geht.



Sparkasse Uecker-Randow



PASEWALKER WEIHNACHTSMARKT

FREITAG

9. Dezember 2022

17:00 Uhr Eröffnung des Weihnachtsmarktes

17:10 Uhr Weihnachten mit der

Grundschule "Ueckertal"

18:00 Uhr Glühweinverkostung

19:00 Uhr Glühweinparty - Ostrocker -

Live Band - bis 23:00 Uhr

SONNTAG11. Dezember 2022

10:00 Uhr Adventsgottesdienst auf

dem Marktplatz

12:00 Uhr musikalische Unterhaltung

Stop & Go

15:00 Uhr Tanzclub Pasewalk - Strasburg e. V.

16:00 Uhr Weihnachten mit Bianca Graf -

Weihnachtsshow

17:00 Uhr Ende

SAMSTAG 10. Dezember 2022

12:00 Uhr Weihnachtliches Trompetenspiel

mit Kurt Witt

12:30 Uhr Weihnachten mit der

Kreismusikschule Uecker-Randow

14:00 Uhr Begrüßung des

Weihnachtsmannes

15:00 Uhr Weihnachten mit Susi Sause, eine

wunderbare Mitmachshow für

kleine und große Kinder

16:00 Uhr Sunlight Gospel Choir

aus Dresden

19:00 Uhr Glühweinparty - SiNK Positiv -

Live Band bis 23:00 Uhr Bianca Graf / Pressefoto





www.bvd-bautechnik.de info@bvd-bautechnik.de

Wir wünschen all unseren treuen Kunden und Geschäftspartnern ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr. Ihr BVD-Team



BAUMASCHINEN · VERMIETUNG · VERKAUF SPEZIAL-, KRAN- UND SCHWERLASTTRANSPORTE

KÄRCHER - VERTRAGSHÄNDLER -

Ueckermünde

Rosenmühler Weg 15 17373 Ueckermünde Telefon: 039771 24249 Fax: 039771 24217

Pasewalk

An den Stadtwerken 4 17309 Pasewalk Telefon: 03973 2290800 Fax: 03973 2290699

Eberswalde

Coppistraße 10 16225 Eberswalde Telefon: 03334 3895666 Fax: 03334 3895668



Insolvenzrecht • Wirtschaftsrecht • Strafrecht • Baurecht • Arbeitsrecht • Verkehrsrecht • Familienrecht

ROHE & KOLLEGEN

Rechtsanwälte • Steuerberater • Insolvenzverwalter

Altes Bollwerk 8 17373 Ueckermünde Tel: 039771 / 533-0 Baustraße 37 17389 Anklam Tel: 03971 / 293117 Demminer Straße 10 17034 Neubrandenburg Tel: 0395 / 5442118

Mit gesunder Ernährung und Sport der Fettleber an den Kragen

Chefarzt Anh Tuan Trinh hat eine gute und eine schlechte Nachricht für alle Betroffenen. Medikamente, die eine Fettleber heilen, gibt es nicht. Der Patient hat es jedoch selbst in der Hand, etwas gegen diese Erkrankung zu tun. Der Mediziner hat hilfreiche Tipps parat.

In den Küchen duftet es nach Plätzchen, der Geruch von Rotkohl und einem leckeren Entenbraten steigt all den Genießern in der UER-Region dieser Tage in ihre Nasen. Lebkuchen, vollmundige Schokolade und viele Köstlichkeiten mehr warten in der Vorweihnachtszeit darauf, von Ihnen vernascht zu werden. Doch Vorsicht, warnt Dipl.- Med. Anh Tuan Trinh: "Übergewicht kann zu einer Fettleber führen", so der Chefarzt der AMEOS Klinik für Innere Medizin in Ueckermünde.

Was ist eine Fettleber?

Die Leber, das größte Organ in unserem Bauch, hilft bei der Verdauung - und zwar von Kohlenhydraten, Fetten und Eiweiß. Diese Stoffe führt sich der Mensch mit der Nahrung zu. Zudem reguliert die Leber den Blutzucker, dieser liefert Energie. Die Leber filtert Schadstoffe aus dem Blut. Somit

übernimmt dieses Organ eine sehr wichtige Funktion im Körper. Nun kommt es jedoch gar nicht so selten dazu, dass der Mensch zu viel Fett in der Leber ablagert. Dieser Umstand kann zu einer Fettleber führen. Sie ist eine Erkrankung und tritt relativ häufig auf, weiß der

Chefarzt aus seinem Klinikalltag. Wobei in der Medizin eine alkoholische von einer nicht-alkoholischen Fettleber unterschieden wird. "Wir konzentrieren uns hier auf die nicht-alkoholische Fettleber. Rund 18 Millionen Menschen in Deutschland sind zurzeit davon betroffen", so Anh Tuan



Trinh. Dass sie an einer Fettleber erkrankt sind, merken viele Patienten zunächst nicht. Erst wenn daraus eine Fettleberentzündung entsteht, das betrifft etwa zwei Millionen Menschen von den 18 Millionen Erkrankten, klagen

die Menschen über Beschwerden. Dazu gehören beispielsweise Druck Übel-Oberbauch, keit, Völlegefühl und Müdigkeit. Letztlich können sich aus einer Fettleber ernsthafte Erkrankungen wie eine Fibrose entwickeln. Dabei handelt es sich um die Bildung einer auffällig hohen Menge an



Anh Tuan Trinh, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin Foto: AMEOS

Narbengewebe in der Leber.

Bei einer Leberzirrhose - der sogenannten Schrumpfleber - geht Lebergewebe schließlich zugrunde und wandelt sich nach und nach in Bindegewebe um.

Sogar Leberkrebs kann entstehen, erklärt Chefarzt Trinh die verschiedenen Stufen.

Ursachen für eine Fettleber

Die häufigsten Ursachen für eine Fettleber neben Alkohol sind Übergewicht beziehungsweise eine Fettleibigkeit, auch Adipositas genannt. Viel Bauchfett erhöht das Risiko für eine Fettleber. Auch Kinder mit Übergewicht sind davor nicht gefeit. Zudem bekommen Menschen mit Diabetes Typ 2 leichter eine Fettleber als andere Personen. Aber auch Menschen ohne Übergewicht können von der Krankheit betroffen sein. Die Ursachen sind vielfältig. Dazu gehören beispielsweise die Einnahme von Medikamenten, chronische Erkrankungen, Mangelernährung, bestimmte Viruserkrankungen wie zum Beispiel Hepatitis C oder eine genetische Veranlagung, erklärt der Chefarzt.

Was tun gegen eine Fettleber?

Wird vom Arzt eine Fettleber diagnostiziert, zum Beispiel durch Ultraschal oder den Fettleberindex, hat Anh Tuan Trinh eine schlechte und eine sehr gute Nachricht für Betroffene parat. Die schlechte Nachricht: Es gibt keine

Medikamente dagegen. Die gute Nachricht: Die Betroffenen haben es selbst in der Hand, wieder gesund zu werden. "Ein vernünftiger Lebensstil, gesunde Ernährung und Bewegung sorgen dafür, dass sich die Leber erholt. So sollten Patienten rotes Fleisch wie Schwein, Rind und Wild meiden und stattdessen eher Geflügelfleisch essen. Zudem sollten viel Obst und Gemüse auf dem Speiseplan stehen. Wohingegen das Trinken von Fruchtsäften nur in kleinen Mengen oder verdünnt empfohlen wird. "Kaffee wiederum ist gut für die Leber", so der Arzt. "Essen Sie viele Ballaststoffe und wenig Kohlenhydrate."

Außerdem sollten sich Betroffene viel bewegen und Sporttreiben. "Als Faustregel gelten 150 Minuten in der Woche. Man darf dabei ruhig ins Schwitzen kommen", empfiehlt der Chefarzt. "Ausdauersportarten wie Schwimmen, Joggen oder Radfahren sind gut." Erfahrungen zeigen, dass sich bereits fünf Prozent Gewichtsreduktion positiv auf eine Fettleber auswirken. Von Uta Bilaczewski



AMEOS Klinikum Ueckermünde Klinik für Innere Medizin

Ravensteinstraße 23 • D-17373 Ueckermünde Telefon: 039771 41-301 • Fax: 039771 41-309

E-Mail: sekr.med@ueckermuende.ameos.de • Internet: ameos.eu/ueckermuende





Frohe Weihnachten

Die AMEOS Einrichtungen in Vorpommern wünschen Ihnen ein schönes und besinnliches Weihnachtsfest. Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen in unsere medizinischen und pflegerischen Leistungen und wünschen Ihnen ein frohes und gesundes neues Jahr 2023.









Diese Pflegeschule bildet gute Fachkräfte in der UER-Region aus!

Die Pflegeschule in Torgelow gehört zum BFZ Ueckermünde und ist ein Aushängeschild des Vereins. Seit April dieses Jahres wird sie von Anna-Colette Fauster geleitet.

uf den langen Fluren der Pfle-Ageschule ist es still, in den Klassenzimmern herrscht emsiges Treiben. Es wird Theorie gepaukt. Ein Blick ins Büro der neuen Schulleiterin verrät: Auch hier wird fleißig gearbeitet. Routine ist der neue Job für Anna-Colette Fauster zwar noch nicht geworden, aber sie hat sich gut eingefunden in die täglich neuen Herausforderungen. Ein Grund: "Ich habe das tollste Team der Welt", bringt es die 50-Jährige auf den Punkt. Sie fühlt sich wohl in der Torgelower Pflegeschule und in ihrem neuen Zuhause in Gegensee. Sie liebt die Natur, Pferde und ihren Hund. Fin perfekter Ausgleich zu ihrem neuen Job.

Ihr Führungsstil: "Ich bin ein Teamplayer. Ich mag, wenn andere selbst denken. Und man darf mich auch kritisieren." Dem kann Kollegin und stellvertretende Schulleiterin Britt Röhl nur zustimmen. Sie ist gleichzeitig Vereinsvorsitzende und total froh, dass jemand so Engagiertes in die großen Fußstapfen von Vorgängerin Maria Pfleghar getreten ist. Die ehemalige Leiterin verabschiedete sich im April in den wohlverdienten Ruhestand.

Anna-Colette Fauster ist gelernte Krankenschwester, war unter anderem als freischaffende Dozentin tätig und hat Medizinpädagogik an der Berliner Charité studiert. Sie ist also bestens geeignet für ihren neuen Job, bringt sie doch sowohl jede Menge praktische Erfahrungen als auch viel theoretisches Wissen mit. Eine gute Kombination, um eine Pflegeschule zu leiten und auch selbst zu unterrichten.

Die 2013 gegründete Schule, die Berufsförderungszentrum e. V. (BFZ) Ueckermünde gehört, hat sich in der Region längst einen Namen gemacht und ist als höhere Berufsfachschule für Pflege sowie Berufsfachschule für Kranken- und Altenpflegehilfe kaum mehr wegzudenken. Das Ziel des Teams: gute Fachkräfte ausbilden. Das haben sie mit anderen Einrichtungen im Gesundheits- und Pflegebereich gemeinsam und streben deshalb an, einen Pflegeverbund in der Region zu gründen, um somit auch kleine Einrichtungen etwas zu entlasten. Denn eine Herausforderung für viele ist die noch ziemlich neue generalistische



Anna-Colette Fauster (links) hat im April 2022 die Leitung der Pflegeschule des BFZ in Torgelow übernommen. Ihre Stellvertreterin und gleichzeitig Vereinsvorsitzende ist Britt Röhl. Die Chemie und auch der Blutzucker stimmen. Das haben die Frauen im Pflegezimmer der Schule getestet.

Ausbildung zum Pflegefachmann/ zur Pflegefachfrau, so Anna-Colette Fauster. Die Schulleiterin und ihre Stellvertreterin freuen sich über eine hochmotivierte neue Klasse, die im Oktober den Theorieunterricht in

Torgelow aufgenommen hat. "Die Auszubildenden sind etwa zwischen 20 und 35 Jahre alt", sagt Britt Röhl. Bei vielen ist es also eine zweite Ausbildung. Anreiz dafür ist sicher auch das Gehalt, das bei der generalistischen Ausbildung höher ist.

Neben Pflegefachmännern und -frauen werden in Torgelow außerdem Pflegehelfer und -helferinnen theoretisch ausgebildet. Aber auch Schulungen zur Pflegeassistenz oder Betreuungskraft werden angeboten. Ebenso Weiterbildungen zum/ zur Praxisanleiter/in oder zur Pflegedienstleitung. Zudem ist einiges in Planung, was die Schule noch in ihr Angebot aufnehmen möchte. Dazu gehört beispielsweise eine gezielte Ausbildung für Menschen mit Migrationshintergrund verbunden mit einem Sprachkurs.

Von Uta Bilaczewski



An dieser Pflegepuppe üben die Auszubildenden in Torgelow, was sie gelernt haben.



Seit 2013 gibt es die Pflegeschule des BFZ in Torgelow. Sie hat sich in der Region etabliert und ist heute kaum mehr wegzudenken. Sie bildet qualifizierte Fachkräfte aus. Fotos: U. Bilaczewski



Berufsförderungszentrum e.V. (BFZ) Ueckermünde

Feldstraße 7c | 17373 Ueckermünde | Tel. 039771 531-0 | www.bfz-uem.de | Außenstellen in Torgelow und Pasewalk

Pflegeschule 17358 Torgelow | Blumenthaler Str. Ausbau 7a

Schulleiterein: Anna-Colette Fauster ac.fauster@bfz-uem.de

Stellv. Schulleiterein/Vereinsvorsitzende: Britt Röhl b.roehl@bfz-uem.de

Mich laust der Affe. Tierisch schöne Geschenkideel

er frühe Vogel fängt den Wurm, um in der tierischen Sprache zu bleiben. Deshalb solltet Ihr die anstehenden Weihnachtsfeiertage fest im Blick haben und Euch schon jetzt ein dickes Kreuz "Geschenk besorgen!" in Euren Kalendern machen oder moderner, Euch eine Erinnerung in Euer Handy eintragen. Denn im Ueckermünder Tierpark hat am ersten Adventswochenende, also am 26./27. November 2022, traditionell die beliebte Aktion "Jahreskarten zum Aktionspreis" begonnen. Wer eine solche Karte besitzt, kann sich tierisch glücklich schätzen. Warum? Damit könnt Ihr das ganze Jahr täglich, wenn Ihr möchtet - den Zoo am Haff besuchen. Und das zum Schnäppchen-Aktionspreis von nur 40 Euro für Erwachsene, 25 Euro für Kinder zwischen drei und 15 Jahre und 25 Euro für Euren vierbeinigen Freund, den Hund. Bis zum 31.12.2022 könnt Ihr eine Jahreskarte zum Aktionspreis ergattern.

Mädchen und Jungen unter drei Jahren benötigen keine Jahreskarte. Sie haben freien Eintritt in den Tierpark. Jetzt aber mal Hand aufs Herz: Wer eine solche Jahreskarte geschenkt bekommt, hat doch so richtig Schwein gehabt. Also, bringt Eure Schäfchen ins Trockene, sichert Euch dieses Jahresticket zum kleinen Preis und verschenkt es zum Nikolaus oder zu Weihnachten an Eure Liebsten! Ihr erhaltet die Jahreskarten zum Aktionspreis im Eingangsgebäude an der Kasse des Tierparks und im Onlineshop auf www. tierpark-ueckermuende.de! ubi



Interessant ist auch der Winter-Rabatt

ierpark-Direktorin Katrin Töpke hat noch eine gute Nachricht für Euch parat. Am 26. November 2022 startet eine Winter-Rabattaktion. Bis zum 28. Februar 2023 zahlen die Gäste im Ueckermünder Tierpark weniger Eintritt, um die tierischen Bewohner und die Abenteuerspielplätze zu besuchen. Die Eintrittskarte für Erwachsene kostet in der kalten Jahreszeit 10 statt 12



Euro, für Kinder 5 statt 6 Euro und Hunde zahlen ebenfalls 5 Euro. Familienkarten sind von diesen Rabatten ausgeschlossen. Die Preise für Sonderveranstaltungen, wie für die Wolfsnacht im Winter, betragen 9 Euro für Erwachsene und 6 Euro für Kinder, teilt Katrin Töpke mit. Bald wartet der Tierpark außerdem mit einer neuen Attraktion auf Euch, einer begehbaren Voliere. Noch sind die Bauarbeiten nicht ganz abgeschlossen, aber in naher Zukunft könnt Ihr Euch auf viele bunte, gefiederte Freunde freuen, die nicht durch Glas oder ein Gitter von Euch getrennt sind. Die Wellensittiche werden Euch um die Köpfe flattern und sicher auch auf Tuchfühlung gehen.

ANZEIGE

Ho, ho, ho ...

... im nahkauf wird der Weihnachtsmann froh!









HAFF-Center & nahkauf trotz Umbau geöffnet!

- Payback
- · Post & Lotto
- · gebührenfrei Geld abheben (ab 10€ Einkaufswert)
- Mehrwertdienste (Telefonkarten, nahkauf-Gutscheine)
- Kommissionskauf
- · Taxi-Ruf
- · Entgegennahme von Überweisungen
- · Wäsche- und Reinigungsservice
- Service



- Geschenk-Gutscheine,
- Treuepunkte
- · Anfertigung von Präsenten

- für die Sparkasse
- · Schuhreparatur-







Süße Leckereien, Präsente, Gutscheinkarten zum Verschenken ... im nahkauf-Markt in Ueckermünde-Ost werden Sie fündig, wenn Sie Ihren Lieben zum Nikolaus oder zum Weihnachtsfest eine Freude machen möchten. Fotos: HAFF media(6)/nahkauf (1)

s glitzert und funkelt, soweit das Auge reicht. Kein Wunder, weisen die Zeiger der Uhr doch eindeutig Richtung Weihnachten. Nur noch ein paar Tage, dann schleicht der Nikolaus nächtens an den Häusern und Wohnungen in der UER-Region vorbei. Aber nicht überall. Nur bei den fleißigen Stiefel-Putzern. Also nichts wie ran an die Bürsten. Dem Nikolaus hat das nahkauf-Team längst geflüstert, dass er im Markt süße Leckereien für die Schuhe findet.

Einen guten Draht haben die Mitarbeiter auch zum Weihnachtsmann. Er packt seinen großen Sack im Markt jedes Jahr randvoll mit Geschenken. Schokoladige Köstlichkeiten, hübsch verpackte Präsente, Gutscheinkarten verschiedenster Anbieter, Nüsse und Apfelsinen - all das verstaut er auf seinem Schlitten, um es am Heiligabend an die

Menschen entlang der Haffküste zu verteilen. Ein Tipp des Weihnachtsmannes: Sie können sich im Markt auch einen ganz individuellen Präsentkorb zum Verschenken anfertigen lassen. Schauen Sie einfach im nahkauf vorbei oder rufen Sie an. Die Mitarbeiter sind gern für Sie da.

Ran an die Berliner

Es ist zu einer leckeren Tradition geworden, dass der nahkauf-Markt am Silvestertag nicht nur mit seinen gewohnten Produkten für die Kunden da ist, sondern auch traditionell zum großen Pfannkuchenverkauf in Ueckermünde-Ost einlädt. So wird es auch in diesem Jahr sein. Marktleiterin Sandra Vieweg öffnet am Freitag, 31. Dezember 2022, ab 8 Uhr den Pfannkuchenstand. "Verkauft wird nur, solange der Vorrat reicht", so die Marktleiterin. Die Erfahrung der vergangenen Jahre

zeigt: Schnell sein lohnt sich!

Öffnungszeiten an den Feiertagen

Sind die Kunden es zwar gewohnt, dass der nahkauf-Markt in Ueckermünde-Ost das ganze Jahr über auch sonntags für sie geöffnet hat, so weist Marktleiterin Sandra Vieweg darauf hin, dass sowohl der 25. Dezember 2022 als auch der 1. Januar 2023 Feiertage sind und der Markt deshalb an diesen Sonntagen geschlossen bleibt. Am 24. und am 31. Dezember 2022 ist der Markt von 8 bis 13 Uhr für Sie geöffnet.

Das nahkauf-Team wünscht all seinen treuen Kunden ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch in 2023! Ein spannendes Jahr, wird doch das Haff-Center im neuen Glanz erstrahlen.

Von Uta Bilaczewski













Eisbader vom Haff treffen sich sonntags

Wenn die Tage immer kälter werden, können es die Ueckermünder Eisbader erfahrungsgemäß kaum erwarten, endlich wieder ins kühle Nass zu springen. Jeden Sonntag treffen sie sich dafür um 14 Uhr bei Uwes Bootsverleih. Die beliebte Tradition wird bis Ende März 2023 dort durchgeführt. Zusätzliche Termine sind das Weihnachtsbaden am 11. Dezember 2022 um 14.30 Uhr und das Sil-

vesterbaden am 31. Dezember um 11 Uhr. Im neuen Jahr dann sollte man sich den 19. Feb-

> ruar um 14.30 Uhr merken, wenn die lesboders zum Faschingsbaden in die Uecker steigen.

Wer auch mal mit den Ueckermünder Eisbadern in der Uecker schwimmen möchte, kann gern mitmachen. Oder einfach mit einem Glühwein und warm angezogen das nasse Spektakel beobach-



Neue Geschichte zum Weihnachtsfest

eschichten gehören **J**einfach zur Weihnachtszeit wie Plätzchenduft und Weihnachtsmusik. Das weiß auch Katrin Vogel. So schreibt die Torgelowerin jedes Jahr eine Weihnachtsgeschichte. Ihr neues Buch heißt "Der Weihnachtswunsch" und ist eine tierische Geschichte rund um das Weihnachtsfest geworden. Doch nicht nur der Text nimmt die Leser mit auf eine winterliche Reise, besticht das Buch doch wieder durch passende Illustrationen der Torgelowerin.

Erhältlich ist es in der UER-Region in der Torgelower Buchhandlung Pofahl sowie im Ueckermünder KULTurSPEICHER. "Es eignet sich auch gut als kleines Geschenk", sagt Katrin Vogel und ergänzt mit einem



Katrin Vogel schreibt nicht nur Bücher, sondern kreiert auch Geschenkpapier. Foto: ZVG

Augenzwinkern: "Am besten mit regionalem Geschenkpapier verpackt." Denn auch das gestaltet die Torgelowerin selbst. Das Papier - als DIN A2-Bögen - ist ebenfalls bei Pofahl und im Ueckermünder KULTurSPEICHER erhältlich. swo



DJane Anastasia Rose und die MBG Group präsentierten vor dem Ueckermünder EDEKA Markt die angesagten Getränke von Salitos. Fotos (3): ZVG



Kathleen Jahns (links) hat in diesem Jahr die Marktleitung in Ueckermünde übernommen. Jana Kaube (rechts) ist die Assistentin der Geschäftsführung.

Geschmackvoll durch den Winter

b frische Garnelen aus An-Fleischspezialitäten vom Gut Bressau oder angesagte Mixgetränke wie Salitos aus dem Hause MBG, präsentiert von DJane Anastasia Rose - immer wieder sorgt das Team von den EDEKA Märkten in Torgelow und Ueckermünde mit Promotionständen für geschmackvolle Erlebnisse. Und auch in der Vorweihnachtszeit können sich die Kunden wieder auf ein paar Verkostungen und Überraschungen freuen. So wird am 23. Dezember der Weihnachtsmann in beiden Märkten erwartet. Wie jedes Jahr nimmt das Team der Fleischtheke auch wieder Ihre Bestellungen für das Festtagsgeflügel entgegen, natürlich auch in bester Bio-Qualität. "Bestellen Sie rechtzeitig", empfiehlt Jana Kaube, Assistentin der Geschäftsführung. Außerdem bieten die Märkte aktuell eine große Auswahl an Produkten und Präsenten an, die die Weihnachtszeit verschönern.

Gerade in der Weihnachtszeit ist das Team besonders gefordert. Gleichzeitig haben die Märkte wie viele andere auch mit den aktuell steigenden Kosten und Energie-



preisen zu kämpfen. So beteiligten sich die EDEKA Märkte in Torgelow und Ueckermünde auch an der vom Deutschen Hotel- und Gaststättenverband (DEHOGA) initiierten Aktion "5 nach 12", mit der auf die angespannte Lage hingewie-

sen wurde. "Wir stellen uns den derzeitigen Herausforderungen", betont Inhaberin Katja Berndt, die gleichzeitig die weitere Entwicklung des Marktes im Blick hat. So wird auch zukünftig die Digitalisierung ein wichtiges Thema sein. Zudem kom-

men immer wieder neue regionale Produkte ins Sortiment. Sehr beliebt sind die verschiedenen Fischspezialitäten von Birnbaum und Kruse aus Wolgast. Ebenfalls neu in diesem Jahr hinzugekommen sind Wurstspezialitäten vom Usedomer Wild. Waren aus der Region gehören seit 15 Jahren zum Kernsortiment der drei EDEKA Märkte. Aber



Mitarbeitern zum 15-jährigen Jubiläum.

auch eine große Auswahl an anderen Produkten findet der Kunde im umfangreichen Sortiment. So kann auch der Stammkunde immer wieder Neues entdecken.

Mit Blick auf den Jahreswechsel möchte sich Familie Berndt bei allen Kunden, Mitarbeitern und Geschäftspartnern herzlichst bedanken. Von Silvio Wolff



Die EDEKA Märkte in Torgelow und Ueckermünde beteiligten sich an der Aktion "5 nach 12", initiiert von der DEHOGA, um für mehr Unterstützung in der Energiekrise zu demonstrieren.



Von der Faszination der Schrift Diese alten Schätze warten in Eggesin auf Sie!

Wer bewundert sie nicht, die Wenschen, die eine saubere, schön anzusehende Handschrift haben? Meist steckt viel Übung dahinter. Und das Wissen darüber, wie man das Schreibgerät führen muss. Schönschrift wurde ja früher auch noch an den Schulen gelehrt. Unsere Großmütter oder Urgroßmütter konnten das noch. Nur fällt es immer mehr Menschen schwer, deren Texte lesen zu können. Meist, weil es die alte deutsche Schrift ist.

Diese Faszination erleben die Eggesiner Kulturwerker immer wieder, wenn sie in der einen oder anderen Bücherschenkung derartig alte Widmungen oder Bücher entdecken: Romane, Erzählungen, Gedichte. Als besonders spannend jedoch werden alte Kochbücher empfunden. Wie wäre es einmal mit einem gekochten Nusskuchen, Grießschnitten oder Fischauflauf mit Makkaroni? Zu finden in "Dr. Oettker Schul-Kochbuch" (Ausgabe D, von Fachkräften neu bearbeitet und inhaltlich vermehrt), Preis 50 Pfennig. Außer den Rezepten sind tolle Tipps vorhanden: Zum Beispiel für die Resteverwendung von Fleisch, Fischen, Eiern und Früchten oder die Aufbewahrung verschiedener Vorräte in einem 1914 erschienenen Kochbuch. Ratschläge



für die Haushaltskonservierung von Obst, Gemüse, Kompott, Marmelade, Säften, Mosten, Pilzen, Suppen, Fleisch, Fisch, Puddings befinden sich in einem Buch aus dem Jahr 1918

Und schon 1907 schrieb Anna Kühn, damalige Lehrerin der Kochschule in Altenburg, in ihrem Lehrbuch für Küche und Haus: "Es ist so nötig und interessant, dass die Hausfrau nicht nur mit den Händen, sondern auch mit dem Kopfe arbeitet, dass sie Ursache und Wirkung der verschiedenen Vorgänge vor und während des Kochens der Speisen zu beurteilen weiß und gestützt auf ihre Kenntnisse eine zweckdienliche Ausnützung und Zusammenstellung der Nahrungsmittel hervorzubringen versteht. Sie muss die Speisen so zusammenstellen, dass die für unseren Körper zu seinem Aufbau und seiner Erhaltung nötige Stoffe besitzen."

Ja, auch Kochbücher können äußerst spannend sein und Geschichtliches vermitteln. Diese Bücher sind nicht nur wegen ihrer Schrift einfach zu schade für die Tonne. Wer darin einmal blättern möchte, wende sich bitte an das Team der KulturWerkstatt.

Ihre Heike Hirsch, Kulturwerk-Chefin



Gekochter Nusskuchen Quelle: "Dr. Oetker Schullehrbuch" von 1937

Tausendjahrkuchen

Quelle: "Kochbuch für Stadt und Land und jede Küche" (Jahr unbekannt)



Wir wünschen unseren Mietern und Geschäftspartnern ein besinnliches Weihnachtsfest im Kreise der Familie. Rutschen Sie gut in ein hoffentlich sorgenfreies neues Jahr und bleiben Sie vor allem gesund! Wir sind auch 2023 für Sie da!

Ihr Eigenbetrieb Wohnungswirtschaft der Stadt Eggesin



Günstige Heizkosten durch eigene Fernwärmeversorgung

Wir bieten Ihnen:

- · moderne Wohnungen
- unbebaute Grundstücke
- Gästewohnungen
- Gewerbeflächen



FUER UNS // Dezember 2022 23

Weihnachtsmärkte entlang der Haffküste

3.12. ab 14.30 Uhr

Adventsmarkt in Liepgarten

- → auf dem Sportplatz
- 14.30 Uhr Weihnachtsprogramm der Kita
- 15 Uhr Auftritt der Musikschule
- 16 Uhr kommt der Weihnachtsmann
- · Verkaufsstände, Glühwein, Waffeln
- Plätzchenbacken
- Mini-Schlittenrennen
- Wildschwein am Spieß
- Kinderschminken
- Weihnachtsbasteln



10.12. ab 12 Uhr

Weihnachtsmarkt in **Grambin**

- \rightarrow auf dem Campingplatz
- **Speisen und Getränke:** Gulaschkanone, Crêpe, Kartoffellocken, Stockbrot, Kaffee und Kuchen, Glühwein, Kinderpunsch u. v. m.
- Weihnachtsstände: Puppenstand, ätherische Öle und glitzernde Kristalle, Grambiner Honig, Kettensägenkunst u. v. m.
- Für die kleinen Gäste:

Adventsbastelecke, Erzähltheater "Die Weihnachtsgeschichte" u. v. m.



Es wird der Versuch gestartet, jedes Jahr eine neue Figur für das Krippenspiel zu schnitzen, dieses Jahr wird mit der Krippe angefangen. Dazu werden Schnitzer gesucht. Bei Interesse bzw. wer dazu etwas beitragen möchte, kann sich gern auf dem Campingplatz melden.

10.12. ab 14 Uhr

Weihnachtsmarkt in **Leopoldshagen**

→ auf dem Sportplatz

Die Vereine und die Gemeinde laden in diesem Jahr zu einem kleinen Weihnachtsmarkt ein. Auf der kleinen Marktmeile werden köstliche Leckereien und Getränke angeboten. Der Feuerwehrverein bietet Nordmanntannen zum günstigen Preis an. Wer noch keinen Weihnachtsbaum hat, kann hier einen aussuchen und erwerben. Der Weihnachtsmann kommt auch vorbei.

4.12. ab 13.30 Uhr



Weihnachtsmarkt in **Altwarp**

- \rightarrow am Dorfanger
- 13.30 Uhr Gottesdienst mit Adventssingen
- Verkaufsstände
- Kaffee und Kuchen
- Glühwein, Bratwurst
- Überraschung des Weihnachtsmannes

10.12. ab 16.30 Uhr

Weihnachtsmarkt in Ahlbeck

- \rightarrow auf dem Sportplatz
- 17 Uhr Programm der Kinder der Schule und der Kita
- Handarbeit
- Süßigkeiten, Leckereien vom Grill, Glühwein

18.12. ab 14.00 Uhr

Weihnachtsmarkt in Mönkebude

- \rightarrow an der Dorfkirche
- der Weihnachtsmann macht eine Rundfahrt durchs Dorf
- anschließend offizielle Eröffnung des Weihnachtsmarktes durch den Bürgermeister Andreas Schubert
- Programmablauf: Lilly und Band (Moderation und Unterhaltung), Lilli Wünschebaum (Kinderanimation), Jagdhornbläser, Krippenspiel, Weihnachtsmelodien zur Weihnachtsmann-Sprechstunde, Foto-Time mit Andy Bünning Schaffen Sie sich eine schöne Weihnachtserinnerung, Mönkebuder Musikanten, Tombola
- Zahlreiche Händler und Schausteller: Kerzen, Schmuck, Wildprodukte, Backwaren, Souvenirs, Speiseöle, Fruchtaufstriche
- Glühwein, Kinderpunsch, Burger, Bratwurst, gebrannte Mandeln



KULTURPORTAL TORGELOW



03. / 04. 12,2022

MARKTPLATZ

Torgelower Weihnachtsmarkt

15.12.2022

UECKERSAAL

Kabarett

"I schaff mehr wie du!" mit Jakob Friedrich

25.12.2022

STADTHALLE

X-MAS PARTY ab 21:00 Uhr

31.12.2022

STADTHALLE

Silvester-Party ab 20:00 Uhr

12.01.2023

UECKERSAAL

Neujahrskonzert

mit dem Brandenburgischen Konzertorchester Eberswalde

19.01.2023

UECKERSAAL

Kabarett

"Multiple Ohrgasmen" mit Streckenbach und Köhler

27.04.2023

Kastelruther Spatzen ab 19:00 Uhr

STADTHALLE

3976 2











Tickets und weitere

Infos:



Samstag, 03.12.2022

von 11:00 bis 21:00 Uhr

Feierliche Eröffnung des Weihnachtsmarktes, Ankunft des Weihnachtsmannes, Anschneiden der Riesenweihnachtsstolle am Stand der Bäckerei Reichau, Markttreiben mit vielen Händlern, kleiner Schaustellerbereich mit Drachenund Kindereisenbahn

Mittelalterlicher Weihnachtsmarkt beim "Castrum Turglowe" mit historischen Spielen, mittelalterlicher Musik und Plätzchen backen mit dem SFZ

um 18:30 Uhr 1 spektakuläre Feuershow beim "Castrum Turglowe"

Sonntag, 04.12.2022

von 11:00 bis 19:00 Uhr

Der Weihnachtsmann ist unterwegs. kulinarische Köstlichkeiten, Schaustellerbereich sowie Händler auf dem gesamten Markt

Mittelalterlicher Weihnachtsmarkt beim "Castrum Turglowe" mit historischen Spielen und mittelalterlicher Musik

um 15:00 Uhr Konzert des Gesangsensembles "STIMMIG" in der Christuskirche

Bratschist macht die 100 voll

Auch das Orchesterspiel hält diesen Meiersberger fit



o, jetzt habe ich alles", sagt Gerhard Ehlert, als er seine Bratsche nach der Orchesterprobe gut in ihrem Koffer verstaut hat. Geschafft wirkt er danach nicht. Ganz im Gegenteil: Er steckt voller Energie. Kaum zu glauben, dass das älteste Mitglied **Uecker-Randow-Sinfónies** inzwischen 100 Jahre alt ist. Am 26. Oktober feierte Gerhard Ehlert seinen Runden im Meiersberger Ochsen. Natürlich nicht ohne ein Ständchen seiner Musikerkollegen und ihres Dirigenten Constantin Simion. Sie spielten für das Geburtstagskind unter anderem die "Amboss-Polka". Sie hat Militärmusikmeister Albert Parlow komponiert, der Bruder von Ehlerts Urgroßmutter. "Sie ist deshalb so etwas wie eine Familienhymne geworden", erzählt Gerhard Ehlert, der sich sehr über

dieses Ständchen freute. Bei den Uecker-Randow-Sinfónies spielt er seit etwa neun Jahren eine der Bratschen. Um ihn herum drei junge Damen, die sich in den Proben gut um den 100-Jährigen kümmern. Aber auch Leonie Gutgesell, Frida Manthe und Mia Sy, sie sind zwischen 15 und 18 Jahre alt, profitieren von der Erfahrung ihres Musikerkollegen, erzählt Constantin Simion. Gerhard Ehlert ist voll des Lobes, als er über die jungen Musikerinnen spricht: "Sie sind richtig gut."

Doch auch das Spielen von Gerhard Ehlert kann sich mit 100 mehr als hören lassen. "Er ist eines der fleißigsten Orchestermitglieder", lobt Musikschulleiterin Christiane Krüger, die bei den Sinfónies eine der Geigen spielt. Gerhard Ehlert übt jeden Tag. Mit 14 Jahren hat er das Bratschespielen begonnen, seit er fünf Jahre alt ist, spielt er Geige.

Auch mit seinen inzwischen 100 Jahren ist er immer noch sehr wissbegierig. Hat er sich zunächst ausschließlich der klassischen Musik gewidmet, so scheute er sich nicht, mit dem Orchester auch in



Gerhard Ehlert inmitten seiner jungen Orchester-Kolleginnen.

die Welt der Filmmusiken einzutauchen. So gehören auch das "Phantom der Oper" oder "Fluch der Karibik" heute zu seinem Repertoire. Eine Herausforderung, wie er verrät, war dieses Genre doch absolutes Neuland für ihn.

Momentan ist das Mehrgenerationenorchester im Weihnachtsfieber, stehen doch nach pandemiebedingter Pause endlich wieder die Konzerte in der Eggesiner Kirche auf dem Plan. Natürlich wird auch Gerhard Ehlert dabei sein. "Ich fühle mich körperlich und geistig fit", sagt er mit einem zufriedenen Lächeln. Damit das so bleibt, macht er auch weiterhin täglich Gymnastik, geht spazieren und isst wenig und gesund, wie er betont. Medizin braucht er deshalb nicht. "Außerdem habe ich gute Gene."

Seine Musikerkollegen hoffen, ihn noch lange als Mitspieler in ihren Reihen zu haben. Denn er ist nicht nur reich an Jahren, sondern auch reich an Erfahrung. Die Jugend kann nur von ihm profitieren, ist Constantin Simion überzeugt. Zu den Proben fährt Gerhard Ehlert jeden Dienstagabend übrigens allein mit seinem Auto von Meiersberg nach Torgelow und zurück!

Von Uta Bilaczewski









Sagen der Region



iere spielen in der Welt der Sagen von jeher eine großen Rolle, oft verbunden mit einer hohen Symbolkraft. Und natürlich dürfen die Tiere auch in unseren heimischen Sagen nicht fehlen. Frank Ulrich hat zwei tierische Sagen für die FUER UNS zusammengetragen, in der auch gleich zwei wichtige Vertreter der vorpommerschen Geschichte auftauchen: Herzog Bogislaw X. und der Raubritter Hase.



Bogislaw X. kämpft mit dem hirsch

Als Bogislaw X. an die Regierung gekommen war, ließ er sich in Ueckermünde ein Jagdschloß mit fünf Türmen bauen, denn die Umgebung, die damals aus lauter Wald und Heideland bestand und der Herzog liebte nichts mehr als die Jagt. Einer von den Türmen steht noch heutigen Tages; die anderen vier aber sind abgebrannt oder nach anderen Überlieferungen von einem brandenburgischen Kurfürsten abgebrochen worden, damit das Baumaterial zur

Befestigung der Stadt Stettin verwendet wurde.

Auf einem Jagdausflug, den der Herzog eines Tages vom Ueckermünder Schloß aus unternahm, verlor er sich von seinem Jagdgefolge. Da trat ihm plötzlich ein Hirsch, ein gewaltiger Sechzehnender, entgegen und warf ihn jählings zu Boden. So stark Bogislaw X. auch war, so vermochte er doch nichts gegen das wütende Tier auszurichten. Schon glaubte er, dass sein letztes Stündlein geschlagen habe,

da gelobte er in seiner Not, wenn er mit dem Leben davon käme. auf der Stelle eine Kapelle erbauen zu lassen. Dieses Gelöbnis wurde von Gott angenommen, denn nun erschien das Jagdgefolge des Herzogs und befreite ihn aus seiner misslichen Lage. Bogislaw aber ließ an jener Stelle eine achteckige Kapelle bauen, von der jetzt noch vier Wände stehen. Die Kanzel soll genau an der Stelle gestanden haben, wo der Herzog einstmals zu Boden geworfen wurde. Für die allmählich verfallene Kapelle ist jetzt die Kirche zu Liepgarten eingetreten.

> Aus: Alfred Haas Das pommersche Herzoghaus in der Volkssage Sonderdruck aus "Baltische Studien" N.F. Bd.4 (Stettin 1938)

Der mit dem Wolf kämpft

Gar viele Freier hat der alte Hase seiner Tochter zugedacht, die er bei seinen Räubereien gefangen nahm. Berta hat alle verschmäht, weil sie hochmütig und harten Herzens wie ihr Vater war. So brachte er einen jungen Ritter aus fernen Landen auf, um vier große Batzen Gold hatte er ihm schon vorher beraubt, nun sollte er noch seine Tochter heiraten und ein gleiches wildes Leben führen. Der Ritter war trotzig und stark. Er lehnte jede Werbung ab, lieber wollte er im Kerker der Hasenburg sterben. Der wilde Hase beschloss, den edlen Ritter seinen sieben gezähmten Wölfen, die er immer zur Jagt mitnahm, zum Fraß vorzuwerfen. So geschehen, musste Raubritter Hase mit seiner Tochter, die sich ein frivoles Spiel erhofften, mit ansehen, wie der bärenstarke Ritter alle sieben Wölfe erschlug oder erwürgte, obwohl er einige tiefe Wunden davontrug. Der edle junge Ritter war so voller Wut und Zorn, dass er auch noch dem Hasen und seiner Tochter mit bloßen Händen zu leibe gerückt wäre, wenn die nicht voller Furcht das Weite gesucht hätten. Der Jüngling kam also mit dem Leben davon, aber die Stelle an der diese Heldentat vollbracht, heißt heute noch Kattenberg.

Aus: Manfred Vollack Der Kreis Ueckermünde bis 1945





/iele Mitarbeiter der Sparkasse nutzen die Möglichkeit, Blutdruck

Gesund im Job: Vorbeugen ist besser als Heilen

ie hoch ist eigentlich mein Blutdruck oder mein Blutzucker? Wie steht es um meine Wirbelsäule? Und was versteht man unter gesunder Ernährung? Diese und ähnliche Fragen wurden nun beim Gesundheitstag der Sparkasse Uecker-Randow beantwortet, an dem sich die Mitarbeiter umfassend informieren konnten. "Vorbeugen ist besser als Heilen", betonte Annett Zahn, Vorstandsvorsitzende der Sparkasse Uecker-Randow. Und so bietet die Bank regelmäßig Unterstützung rund um die Gesundheit der Mitarbeiter an.

Am Aktionstag wurden sie von der Krankenkasse DAK unterstützt, die über mögliche Präventionsmaßnahmen informierte und auch gleich Experten von der Motio GmbH mitgebracht hatte. Zu ihnen gehörte Ole Michaelis, der sich die Wirbelsäule der Mitarbeiter genauer anschaute. Sollten Fehlstellungen vorhanden sein, kann man mit bestimmten Übungen gegensteuern, erklärte er. Dazu passend war auch die Physiotherapie Ania Grünberg aus Pasewalk an diesem Tag vor Ort. Zum Thema Magen und zur Verbesserung des Immunsystems informierte Franziska Splettstößer von der Neuen Apotheke am Markt in Pasewalk. Gerade Probiotika können hier sehr hilfreich sein.

Auch sie freute sich über die Einladung der Sparkasse und ihres Gesundheitsteams, diesen Tag organisierten. Zum Gesundheitsteam gehören Mitarbeiter, die sich das Jahr über zum Thema Gesundheit engagieren. Dazu gehören regelmäßige Ter-

mine zur Blutspende ebenso wie sportliche Nachmittage. Sport vor Ort heißt es jeden Dienstag, wenn mehrere Mitarbeiter nach der Arbeit direkt in der Sparkasse Sport treiben. "Das Angebot wird gern angenommen", weiß Carolin Kamke vom Gesundheitsteam der Sparkasse Uecker-Randow zu berichten. Und auch der bereits 8.

Gesundheitstag traf auf viel Interesse der Mitarbeiter. Sogar iunae Kolleaen nutzen die Gelegenheit, mal ihren Blutdruck und ihren Blutzuckerspiegel überprüfen zu lassen. Denn auch hier gilt, umso früher Probleme festgestellt werden, desto besser kann darauf reagiert werden. So wird das Thema Prävention auch weiterhin bei der Sparkasse Uecker-Randow ein wichtiges Thema bleiben und dies sicher nicht der letzte Gesundheitstag gewesen sein. Gerade für Mitarbeiter, die viel am Schreibtisch arbeiten, bleibt ein körperlicher Ausgleich unabding-





Beim Gesundheitstag der Sparkasse Uecker-Randow ging es auch aufs Rad. Mit dieser Konstruktion konnte das eigene Müsli gemahlen werden. Fotos: S. '



Gesundes Büfett vom Restaurant

Ole Michaelis von der Motio GmbH misst die Wirbelsäule aus und schaut, ob Fehlstellungen vorhanden sind.

Engel

Ein Gedicht

von FUER UNS-Redakteurin Uta Bilaczewski

Engelszauber, Engelsglück, von ihrer Gestalt ganz entzückt.
Gekleidet in zartem Weiß, von allen Sorgen befreit.
Sie fliegen hoch und noch höher hinauf, breiten weit, ganz weit ihre Flügel aus.
Sie nehmen die Welt in den Arm, ihre Küsse sind wohlig und warm.

Sie sind Botschafter, sie sind Schlichter, schauen auch in finstere Gesichter.
Sie sind versöhnlich und voller Gnade, haben eine einzigartige Gabe.
Sie geben Hoffnung, spenden Licht, eine vertraute Stimme, die zu uns spricht: "Macht auf Eure Herzen, weit auf, so nimmt das Gute auf Erden seinen Lauf."

Sanft dringt uns ihre Melodie ans Ohr, um sie herum ein schwarzer Flor. Doch Trauer, die ist nicht in Sicht, Engel sind ewig und verzweifeln nicht. Sie geben Zuversicht, ja, sie wachen, wollen, dass wir Menschen lachen. Sie geben Schutz und Geborgenheit, nehmen uns Angst und Traurigkeit.



FUER UNS // Dezember 2022 29

Zum Fest ab auf die Insel

Michael Schmals Literatur-Tipps im Dezember

ernsehen bildet. Immer wenn der Fernseher an ist, gehe ich aus dem Zimmer und lese." So sprach Groucho Marx, Mitglied der legendären Komiker Gruppe "Die Marxbrothers". Wer wollte ihm da schon widersprechen. Aber reden wir unser Fernsehen nicht schlecht und machen mit Büchern weiter.

Haben Sie in diesen aufregenden Zeiten nicht auch manchmal den Gedanken, auf eine Insel abhauen zu wollen? Leider ist das für die wenigsten Menschen eine Option, zumal es sinnlos wäre, denn Probleme lauern überall.

Also schlagen Sie einfach bei Robert Louis Stevenson nach. Da könnten Sie sich alleine oder mit Ihren Kindern auf eine gefahrvolle Inselreise begeben. Sie ahnen es sicherlich schon: "Die Schatzinsel", die abenteuerliche Geschichte von Jim Hawkins, dem üblen Long John Silver, der stolzen "Hispaniola" und dem sagenhaften Schatz des Kapitän Flint.

Wenn Ihnen das aber zu wenig "Insel" ist und Sie sich einen etwas längeren Aufenthalt vorgestellt hatten, dann greifen Sie doch wieder mal zu Daniel Defoe, der mit seinem Roman "Robinson Crusoe" weltberühmt wurde. Und mit seinem Gefährten Freitag im Schlepptau handelt es sich garantiert um einen längeren Inselaufenthalt. Genau genommen sind es 28 Jahre, die der schiffbrüchige Robinson auf der Insel verbringt. Um zu überleben, muss er sich ganz auf seinen Verstand, sein Geschick und seinen Lebenswillen verlassen. Dabei verlieren sich Sklavenhändler, Kannibalen und Meuterer auf seiner Insel. Wie er und Freitag das alles überstehen und die Insel eines Tages wieder verlassen können, ist eine wunderbare und spannende Geschichte. Genau das Richtige, um Weihnachten unterm Tannenbaum zu liegen und den Kindern das Fernsehen zu ersparen.

"Während wir alle von einer Insel in der Südsee träumen, von der Rückkehr ins Paradies, sieht die Wirklichkeit ganz anders aus." (Ernst Dichter) So geht es auch Michel Houellebecq in seinem Roman "Die Möglichkeit einer Insel".



Auch wenn es bei den Lese-Tipps dieser Ausgabe nicht so sehr um Märchen geht, empfiehlt Michael Schmal sie natürlich für die Weihnachtszeit. Den Froschkönig hat er kürzlich den Kindern zum "Tag der offenen Speichertür" vorgelesen. Foto: U. Bilaczewski

Fragen wir heute einen Historiker nach der Zukunft, wird er uns keine befriedigende Antwort geben können. Bestenfalls kann er uns die Vergangenheit erklären. Schon da haben aktuell etliche prominente Zeitgenossen nur noch ihr Kurzzeitgedächtnis zur Verfügung.

Zurück zu Houellebecq. In seinem Roman bleiben nach atomaren Verwüstungen und Klimakatastrophen vom Menschengeschlecht bloß noch archaisch lebende Wilde zurück. Nur der Neo-Mensch hat überlebt, geklont und unsterblich. Dem sind allerdings alle menschlichen Leidenschaften abhandengekommen. Lachen und Weinen, Güte, Treue und Mitleid sind für ihn Fremdwörter. Im Roman blickt der Neo-Mensch 24 (vierundzwanzigste Generation) Daniel auf seinen genetischen Prototyp Daniel 1 und dessen Lebensbericht zurück. Der entspringt nämlich unserer Gegenwart und ist ein zvnisch scharfer Beobachter einer Gesellschaft, die längst alle Tabus fallen gelassen hat. "Die Möglichkeit einer Insel" ist ein Zeugnis aus der Zukunft. Der Autor konfrontiert uns drastisch mit Menschheitsentwürfen. Am Ende bleibt eine visionäre Abrechnung mit unserer heutigen Gesellschaft, wie sie endgültiger nicht sein kann. Wer von Ihnen Houellebecg kennt, wird schon Bekanntschaft mit einem sehr genauen Beobachter

unserer Zeit gemacht haben. Sie werden vielleicht nach der Lektüre dieses Buches sagen, na so schlimm wird's nicht werden. Ich habe in letzter Zeit festgestellt, wenn man glaubt irgendetwas ist nicht mehr zu toppen, dann kommt "JEMAND" und beweist uns das Gegenteil. Darum wehret den Anfängen.

Nun muss es nicht immer gleich eine Insel sein, manchmal reichen eine neue Wohnung oder ein anderer Ort. Es kommt darauf an, was man will. Möglichkeiten gibt es viele. Zwei Wochen Ruhe? Sie könnten in ein Kloster gehen. Eine Auszeit in einer kleinen Pension auf der Insel Usedom (schon wieder Insel), spazieren gehen am Strand und das Gehirn mal mit frischem Wind versorgen. Daniel Kehlmann sucht in seiner Erzählung "Der fernste Ort" schon etwas sehr Spezielles. Sein Protagonist, der Versicherungsangestellte Julian, nutzt einen Schwimmunfall, um seinen Tod vorzutäuschen und sich davon zu machen. Ganz von vorne beginnen und alles "Alte" hinter sich lassen. Geht das überhaupt? Kehlmann erzählt die Geschichte eines Fluchtversuchs aus dem alltäglichen Leben. Können wir einfach so ausbrechen, ein anderer werden, als wir es sind? Clever verbindet der Autor diese Fragen. Herausgekommen ist eine bis zur letzten Seite spannende Erzählung.

"Wie Kehlmann diesen gespenstischen Totentanz kunstvoll erzählt, gehört schlicht in die Kategorie Pflichtlektüre." (Wolfgang Paterno, Profil)

Zum Schluss möchte ich Ihnen noch einen nicht ganz aktuellen Titel (2018) von Harald Welzer empfehlen. "Welzer wundert sich - Rückblicke auf die Zukunft von heute". Wenn dieser Titel nicht neugierig macht, weiß ich nicht. Ich darf Ihnen auch versprechen, er ist immer noch sehr aktuell. Es ist eine Sammlung von Kolumnen für das "National Geographic Magazin". Man kann es wirklich nicht besser sagen, es sind Reports über unsere wahnwitzige Gegenwart. An einigen Stellen wird Ihnen vielleicht das Lachen im Halse stecken bleiben. Fazit: Man muss die Perspektive wechseln. Erst dann kapiert man, was läuft. Oder auch nicht, wie folgende Passage zum Thema Nachhaltigkeit zeigt: "Der frühere Umweltminister und spätere Leiter des Umweltprogramms der Vereinten Nationen, Klaus Töpfer, erzählte unlängst folgende Geschichte: Ein befreundetes Paar habe sich einen neuen Kühlschrank zugelegt, und zwar das in Sachen Energieverbrauch effizienteste Gerät am Markt. »Das Ding war nicht billig«, berichteten die stolzen Besitzer, »aber du hast uns so lange mit deinen Umweltthemen traktiert, dass wir jetzt auch mal vorbildlich sein wollten!« »Sehr schön«, sagte Töpfer, was sie denn mit dem alten Gerät gemacht hätten? Die Antwort: »Der steht jetzt im Keller und kühlt den Wein.« "

Ich habe Ihnen an anderer Stelle ja versprochen, "JEMAND" findet sich immer. William Seward Burroughs, 1914 bis 1997, ein amerikanischer Schriftsteller soll einmal gesagt haben: "Nach nur einem flüchtigen Blick auf die Erde würde jeder Besucher aus dem All sagen: Ich will den Geschäftsführer sprechen." Tja, wen schicken wir dann vor?

Ich wünsche Ihnen eine geruhsame Adventszeit, ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Jahr 2023.

Ihr Michael Schmal

Apotheken-Notdienst für Uecker-Randow



fur Decker-Kandow	
Adler-Apotheke Ueckermünde 039771 22672	4.12. / 12.12. / 20.12.
Viktoria-Apotheke Torgelow 03976 202001	6.12. / 14.12. / 22.12.
Kronen-Apotheke Ferdinandshof 039778 2680	7.12. / 15.12. / 23.12.
Greifen-Apotheke Torgelow 03976 201591	8.12. / 16.12. / 26.12. 29.12.
Marien-Apotheke Ueckermünde 039771 24475	1.12. / 5.12. / 9.12. 13.12. / 17.12. / 21.12. 25.12. / 28.12. / 31.12.
Randow-Apotheke Eggesin 039779 21192	2.12. / 10.12. / 18.12. 24.12. / 27.12.
Hirsch-Apotheke Ueckermünde 039771 23666	3.12. / 11.12. / 19.12. 30.12.
Neue Apotheke am Markt Pasewalk 03973 20800	2.12. / 8.12. / 14.12. 20.12. / 24.12.
Eichen-Apotheke Pasewalk 03973 214071	3.12. / 9.12. / 15.12. 21.12. / 26.12.
Randow-Apotheke Löcknitz 039754 20309	4.12. / 10.12. / 16.12. 22.12. / 28.12. / 31.12.
Storch-Apotheke Pasewalk 03973 214373	6.12. / 12.12. 18.12. / 23.12. / 30.12.
Kreis-Apotheke Pasewalk 03973 210405	5.12. / 11.12. / 17.12. 25.12. / 29.12.
Delphin-Apotheke Löcknitz 039754 517861	1.12. / 7.12. / 13.12. 19.12. / 27.12.

beginnt der Notdienst um 12 Uhr und endet Sonntag früh um 8 Uhr. Bis Montag 8 Uhr ist dann der sonntägliche Notdienst für Sie da.

Die Angeben sind ohne Gewähr, Änderungen vorhehalten.

Die Angaben sind ohne Gewähr. Änderungen vorbehalte



Eine satirische Kolumne von Ulrich Blume

Na dann: Frohe Weihnachten! Der Klassenlehrer geht in Rente

Ihr Lieben,

ihr habt sicher schon wieder vergessen, dass ich ab 1. Januar nicht mehr da bin. Jetzt habe ich mich für die letzte Schulwoche noch fix krankschreiben lassen und verabschiede mich bei euch via FACEBOOK, weil man ja nicht weiß, ob es TWITTER zu Weihnachten noch gibt.

Ich habe auch mein Profilbild für euch geändert. Das Christkind war mir zu subtil, weil ich euch nicht intellektuell überfordern wollte. So habe ich den "alten weißen Weihnachtsmann" gewählt, damit ihr mich wenigstens als Feindbild in Erinnerung behalten könnt.

Lieber Christian! Du bist kein Mathe-Genie und das wirst du wohl auch nicht mehr werden. Das Einzige, was du halbwegs beherrschst, ist die Multiplikation. Eigentlich ist es schade um dich, denn du siehst flott aus und deine Mutti zieht dich auch immer nett an. Aber das reicht halt nicht. Und wenn du mich fragst: Robert und Olaf sind auch der falsche Umgang für dich. Du merkst es ja selbst: Auf dem Schulhof bist du mittlerweile relativ unbeliebt.

Liebe Anna-Lena! Deine Schwäche ist Deutsch. Und obwohl du das weißt, redest du sehr viel und gern. Das ist aber nicht so schlimm. Dafür hast du einen ausgeprägten Gerechtigkeitssinn, wie alle in deiner Whats-App-Gruppe. Es mag dir ja helfen, wenn du in den Ferien ein bisschen ins Ausland reist. Aber vielleicht nicht unbedingt in solche Länder, in denen man fließend englisch spricht. Aber vergiss nicht, überall ausreichend Taschengeld dabei zu haben!

Lieber Olaf! Obwohl du als älterer Schüler schon an verschiedenen anderen Schulen jämmerlich versagt hast und immer alles so schnell vergisst, haben sie dich zum Klassensprecher gewählt. Was für ein Fehler! Es war auch immer ausgesprochen schwierig, in deinen Klassenarbeiten etwas zu finden, was auf konkrete Antworten schließen lässt. Z. B. auf die Frage, wie du das zu ändern gedenkst, hast du nur mit einem nichtssagenden WUMMS geantwortet. Aber daran kannst du dich bestimmt auch nicht mehr erinnern.

Liebe Ricarda! Du musst mehr Sport machen und gesündere Sachen essen. Aber das weißt du ja. Ansonsten bist du Durchschnitt, außer in Physik, da hast du ein Stromproblem. Die 4 in der letzten Klassenarbeit hast du nur bekommen, weil ich wegen der vielen Gendersternchen den Inhalt nicht mehr objektiv bewerten konnte.

Lieber Robert! Du bist einer von den Guten - und du bist pfiffig. Immer wenn du eine Aufgabe nicht richtig lösen kannst, setzt du deinen unwiderstehlichen Dackelblick auf und redest so lange um den heißen Brei



Monta

herum, bis kein Brei mehr da ist. Aber das wird für ein BWL-Studium nicht reichen. Vielleicht schreibst du erst mal ein Kinderbuch oder sogar eine Gruselgeschichte, in der plötzlich alle im Dunkeln sitzen.

Liebe Claudia! Du malst sehr gerne. Nicht besonders gut, aber dafür schön bunt. Vielleicht solltest du später mal was mit Kunst machen. Am besten so was, wo du nur bewerten musst, was andere machen, damit du dich nicht selbst blamierst. Wenn das nicht klappt, kannst du ja immer noch bei irgendeiner Punkband die Bude putzen. An deiner Garderobe solltest du noch ein wenig arbeiten.

Lieber Karl! Um dich mache ich mir langsam ernsthaft Sorgen. Du musst mal wieder was Ordentliches essen und dich nicht so aufregen. Sonst müssen sie dich wieder neu auf ADHS einstellen. Eine Inzidenz ist nichts Schlimmes. Das geht auch wieder weg. Und du musst unbedingt aufhören, den anderen Schülern ständig Angst zu machen. Die lesen deine Studien nicht, auch wenn du sie noch so anschreist. Christine kam vergangene Woche schon in Uniform zur Schule.

Und zum Schluss: Liebe Nancy! Du musst an deiner Disziplin arbeiten. Hör bitte damit auf, deine Mitschüler permanent anzuschnauzen und stachle sie nicht ständig zum Petzen an. Ich verstehe ja, dass du am liebsten die ganze Schule umerziehen möchtest. Aber das geht nun mal nicht mit Knebeln, Fesseln und Ketten. Auch wenn ich das schon des Öfteren selbst in Erwägung gezogen hatte. Und sperre deine Mitschüler bitte nicht wieder im Keller ein, wenn sie dir nicht gehorchen wollen.

Liebe Klasse 8b, ich weiß, dass es viele von euch nicht schaffen werden. Mit Halbwissen, Frechheit und Böswilligkeit kann man eigentlich nichts Vernünftiges werden.

Oder naja ... aber nein, das wäre zu weit hergeholt ...

Schönes Leben dann also! Ihr werdet das schon an die Wand fahren!

FUER UNS // Dezember 2022 31

Die FUER UNS geht um die Welt





tos: priv

Wie in jeden Herbstferien fuhr die Ueckermünderin Stina Hoffmann mit ihren Großeltern in den Urlaub. Ziel der Reise: Wernigerode im Harz. Dort erkundeten sie mit der Bimmelbahn das Schloss. Außerdem haben sie sich das kleinste Haus in Wernigerode, die Altstadt, das Baumkuchenhaus und das Miniaturmuseum angesehen. Ein besonderes Erlebnis war außerdem der

Ausflug nach Thale zum Hexentanzplatz. Auf der Rückfahrt stoppten
die Reisenden in Magdeburg. Sie
freuten sich über eine Privatführung durch den Magdeburger Dom
mit dem ehemaligen Dompfarrer.
Zudem hatten sie eine herzliche
Begegnung mit dem Landesvater
Sachsen-Anhalts, Reiner Haseloff,
auf dem Domplatz. Dankeschön für
Dein Bild, liebe Stina! ja/hm

Nachdem das Team von Uwes Bootsverleih in Ueckermünde die Saison 2022 erfolgreich hinter sich gebracht hatte, ging's in den wohlverdienten Urlaub. Der Flieger hob ab Richtung Türkei, genauer gesagt nach Kusadasi, ein Badeort an der westlichen Ägäisküste des Landes. Mit im Gepäck hatte die Truppe die FUER UNS, das Regionalmagazin aus der Heimat. Auch die Zeitung

durfte also noch etwas länger Sommerluft schnuppern. Ausflüge in
den Aqua Park, in die Weinberge,
zum Nationalpark mit Strand, zum
Hafen mit Basar und eine Bootstour,
denn damit kennen sich die Reisenden aus der UER-Region aus, standen auf dem Urlaubsplan. Angesteuert wurden schönste Buchten.
Vielen Dank für Euer sommerliches
Foto!



Diese Frauen hatten Spaß bei ihrem diesjährigen Betriebsausflug, wie das Foto eindeutig zeigt. Für die Mitarbeiterinnen der Alltagshilfe "Einzigartig" Britta Lesch aus Ahlbeck ging es Anfang November für ein Wochenende nach Swinemünde. Der Kurztrip nach Polen war ein rundum gelungenes Wochenende, findet Britta Lesch und bedankt sich noch mal bei ihren Mädels. Leider konnten drei Mitarbeiterinnen aus privaten Gründen nicht dabei sein. Auf diesem Wege schickt das Team liebe Grüße an sie. Danke, dass die FUER UNS in Polen dabei sein durfte!



ine Herbstreise rund um die Ostsee über Polen, Litauen, Lettland, Estland, Finnland, Schweden und Dänemark machten Renate und Gerhard Pape aus Ferdinandshof. Bei bestem Wetter und Sonnenschein genossen sie ihre Reise. Sie erkundeten alle Hauptstädte und besondere Orte.

Besonders schön waren der Berg der Kreuze in Litauen und die Weiße Düne in Lettland. Auf dem Foto sind die Urlauber zu sehen vorm Denkmal von Jean Sibelius in Helsinki, Finnlands Hauptstadt. Danke, dass auch Sie die FUER UNS im Gepäck hatten.

Planen Sie auch eine Reise?

Dann schicken Sie uns gern Ihr Foto mit der FUER UNS und ein paar Infos zu Ihrem Urlaub an:

info@haffmedia.de

Nusstorte á la Mama Ein Festtagsgenuss!



Premiere! Zum ersten Mal hat Veronika Menzl diese Nusstorte gebacken. Und sie ist sehr gut gelungen. Das zumindest bescheinigte ihr die Tortenbäcker-Spezialistin in der Familie. Wer das ist? Ihre Frau Mama. Mit dieser Torte hat die Mutter der Backfee zu vielen Feierlichkeiten bereits Familie. Bekannte und Freunde glücklich gemacht. Und jetzt hat sie sie zum Probieren zum ersten Mal von ihrer Tochter serviert bekommen. "Das Rezept stammt von einer ehemaligen Arbeitskollegin meiner Mutti. Im Dorf wurde immer viel gebacken. So haben mein Mann und ich diese Torte von ihr zur Hochzeit geschenkt bekommen", erinnert sich Veronika Menzl noch genau. Rezepte wurden im Ort schließlich untereinander ausgetauscht und so wanderte die Nusstorte vor Jahrzehnten auch ins Rezept-Buch der Backfee-Mama. Dieses Jahr zu Weihnachten wird Veronika Menzl vielleicht selbst die Torte zum Fest backen. Schließlich hat sie ihre Nusstorten-Premiere erfolgreich hinter sich gebracht.

Aber natürlich durfte auch die Redaktion wieder probieren. Unser Tipp: Vergessen Sie alle Vorsätze hinsichtlich Ihrer Figur und backen und genießen Sie einfach dieses nussig-schokoladige Geschmackserlebnis. Sie werden dahinschmelzen.

Und vergessen Sie bitte nicht, uns ein Foto von Ihrer Torte an **info@haffmedia.de** zu schicken. Gern können Sie uns auch mitteilen, wie Ihnen die Nusstorte geschmeckt hat. Unsere Backfee freut sich auf Ihr Feedback ... so von Hobbybäcker zu Hobbybäcker.

Von Uta Bilaczewski



ZUTATEN (für 24er Springform)

Teig für vier Böden

- 180g Butter
- 1 Ei
- 180g Zucker
- 180g gemahlene Walnüsse
- 280g Weizenmehl

Füllung

- 500 ml Schlagsahne
- 2 Pck Sahnesteif

Glasur

- 3 EL Kakao
- 3 EL Puderzucker
- 1/2 TL Kaffeepulver
- 1 Ei
- 1 EL Kondensmilch oder Schlagsahne
- 75g Kokosfett

Tipp der Backfee: Die Torte bitte einen Tag vor dem Verzehr zubereiten. Denn die Böden werden durch das Einziehen der Schlagsahne wieder weich. Sie hält sich auch gut im Kühlschrank.

ZUBEREITUNG

Teig

- Die Zutaten für den Teig gut zu einem Kloß verkneten und in vier gleich große Stücke teilen.
- Springform mit Backpapier auslegen, Teigstück darauf verteilen und andrücken.
- Das Ganze wiederholen Sie dann viermal nacheinander auf je einem Backpapier.
- Die vier Böden dann abbacken.
- Unsere Backfee hat alle Böden mit einmal abgebacken auf vier Ebenen mit Heißluft bei 180°C ca. 15 bis max. 20 Minuten. Bitte zwischendurch kontrollieren, dass die Böden nicht zu dunkel werden!
- Die Böden abkühlen lassen. Sie werden dabei ganz hart.
 Das ist allerdings okay so.
- Dann die Schlagsahne mit Sahnesteif festschlagen und auf drei der Böden verteilen.
- Die vorbereiteten Böden übereinander legen, den Boden ohne Sahne obenauf.
- Für die Kakaoglasur das Kokosfett bei niedriger Hitze im Topf schmelzen.
- Inzwischen Puderzucker, Kakao- und Kaffeepulver vermischen.
- Ei, 1EL Sahne oder Kondensmilch dazu und mit dem abgekühlten Kokosfett zu einer Masse gut verrühren.
- Die Torte mit der Glasur überziehen und mit halben Walnüssen verzieren.

FUER UNS // Dezember 2022 33

Das FUER UNS-Rätsel

Kosmetikstudio: Gewinnen Sie diese Körperpflege mit Olive!

Natürlich kann auch in der Dezember-Ausgabe wieder fleißig gerätselt werden. Für Kenner dieser Region und Leser der FUER UNS ist das sicherlich ein Kinderspiel. Dieses Mal darf sich die Gewinnerin oder der Gewinner über eine Körperpflege mit Olive freuen (siehe Foto unten). Spendiert wird sie von Veronika Menzl. Denn

LÖSUNG:

wenn sie nicht gerade für die FUER UNS-Leser, Familie, Freunde und Bekannte bäckt, verwöhnt sie ihre Kunden in ihrem Eggesiner Kosmetikstudio. Es befindet sich in der Zlotower Straße 22. Möchten Sie die Gewinnerin oder der Gewinner dieser winterlichen Pflege sein? Dann schicken Sie uns eine Mail mit dem richtigen Lösungswort an:

gewinn@haffmedia.de oder eine Postkarte an: HAFF media GbR, Ueckerstraße 109, 17373 Ueckermünde

Bitte beachten Sie, dass der Umlaut ü zu ue wird.

Einsendeschluss ist der **15. Dezember 2022**. Das Los entscheidet.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

FRAGEN:

- In welcher Stadt steht die Tanne auf unserem Titelbild?
- 2) Wie heißt der Singer/Songwriter, der am 28. Dezember im Kulturspeicher auftritt, mit Nachnamen?
- 3) Welches Geschäft in Ueckermündes Altstadt schließt leider zum Jahresende?
- 4) Wie heißt die regionale Band, die am Freitagabend auf dem Pasewalker Weihnachtsmarkt auftritt?
- 5) Welche hiesige Bank pflanzte kürzlich 1000 Bäume?
- 6) Neues Projekt: Was wollen die Ukranen anlegen?
- Um welches größte Organ in unserem Bauch dreht sich alles auf der AMEOS-Gesundheitsseite.
- 8) Wie heißt die Ueckermünder Jugendsegelyacht?
- Was präsentieren die Stadt Ueckermünde und der Gewerbeverein des Ortes zum Fest? ... - Aktion
- 10) In welcher Stadt in UER befindet sich die Pflegeschule des BFZ?
- 11) Was können Sie seit dem ersten Adventswochenende im Tierpark Ueckermünde zum Aktionspreis erwerben?
- 12) Welcher Markt in Ueckermünde-Ost lädt zu Silvester zum großen Pfannkuchenverkauf ein?











Zum ersten Mal machte die Greif in Utklippan fest.





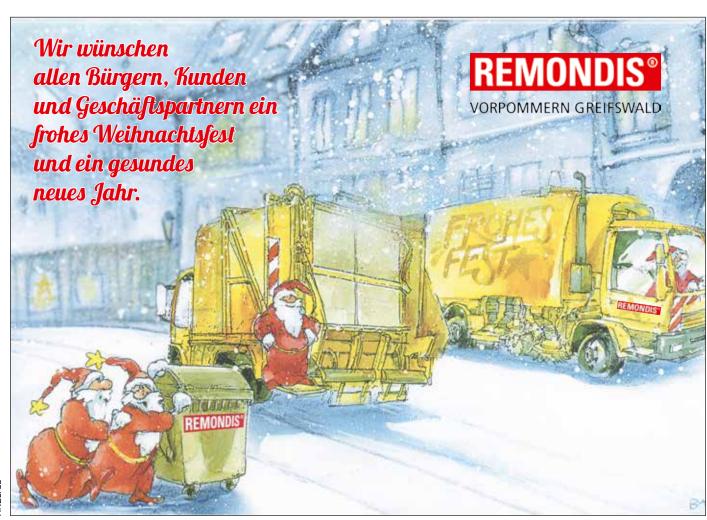
Segelabenteuer mit der Greif von Ueckermünde

Mann über Bord", hieß es plötzlich auf dem Stettiner Haff. Zum Glück war es nur eine Übung der Greif und der Wappen von Ueckermünde zusammen mit der hiesigen Deutschen Gesellschaft zur Rettung Schiffbrüchiger (DGzRS) Station. Im Ernstfall muss jeder wissen, was zu tun ist. Immerhin ist die Greif regelmäßig unterwegs. In diesem Jahr waren es stolze 132 Tage. Gut die Hälfte davon waren Kinder- und Jugendfahrten, können sie doch auf der Jugendsegelyacht ihre ersten Erfahrungen auf einem richtigen Segelschiff sammeln. Dabei werden unterschiedliche Ziele angefahren. Trotz der vielen Jahre im Einsatz gibt es immer wieder Neues zu entdecken. Zum ersten Mal legte die Greif in diesem Jahr in Utklippan, eine Inselgruppe südöstlich vom schwedischen Festland, an. "Ein Höhepunkt war auch wieder der Besuch der Hanse Sail", berichtet Andreas van der Heyden, Vereinsvorsitzender des Fördervereins. Dort waren mit der Wappen und der Pommernkogge gleich drei Schiffe aus Ueckermünde vertreten.

So blickt die Greif auf ein sehr erfolgreiches Segeljahr zurück. "Auch für das kommende Jahr ist die Nachfrage wieder groß und wir sind fast ausgebucht", so der För-



dervereinsvorsitzende. Bis das Segelschiff aber in die neue Saison starten kann, ist vorher noch alle Hände voll zu tun. So soll einmal die Farbe des gesamten Schiffes erneuert werden. "Die jetzige ist bereits seit den 90ern drauf", weiß van der Heyden zu berichten. Ein neuer Anstrich ist also bitter nötig. In der Peene-Werft in Wolgast sollen diese wichtigen Arbeiten zum Erhalt der Jugendsegelyacht ausgeführt werden. Denn auch in den kommenden Jahren möchten noch viele Gruppen mit der Greif zu ihrem ganz persönlichen Segelabenteuer aufbrechen. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.greif-von-Von Silvio Wolff ueckermuende.com



RABATT-AKTION ZUM FEST



Ueckerstraße 122 · 17373 Ueckermünde Tel.: 039771 - 59844 | Fax: 59845 Pannenservice: 0151 55 447389 www.fahrradstuetzpunkt-weber.de 15% Rabatt auf Beleuchtung





Nur Original-Coupon! Gültig vom 1.12.-31.12.2022

präsentiert von







arko

DIE WichlichMACHEREI

Ueckerstraße 75 | 17373 **Ueckermünde** Ueckerstr. 25 | 17309 **Pasewalk**

Kaffee & Espresso Schokolade | Pralinen & Trüffel Eilles Tees | Gebäck Saisonale Produkte Wir fertigen nach Ihren Wünschen Ihr 10%

auf alle Trüffel-Pralinen im Tresen



Nur Original-Coupon! Gültig vom 1.12.-31.12.2022



Chausseestraße 4 17373 Ueckermünde

Tel.: 039771/27051 www.nova-vitale.de

2 TAGE

FITNESSTRAINING GRATIS!!!

Gesund werden. Gesund bleiben.

Nur Original-Coupon! Gültig vom 1.12.-31.12.2022

Wohlfühleck

Ueckerstraße 88 17373 Ueckermünde

Bagels - Waffeln kühlende & wärmende Drinks Souvenirs und mehr 10%

auf Kleidung der Ueckermünder Kollektion

(nur Bestandsware im Laden)



Nur Original-Coupon! Gültig vom 1.12.-31.12.2022



Ueckerstraße 107 17373 Ueckermünde Tel 039771 26100 Mobil 0151 44558742 sporthaus-weber@t-online.de 20%

Rabatt auf
bis zu

3 Teile
deiner Wahl!

Nur Original-Coupon! Gültig vom 1 12 -31 12 2022



Grambin Gerichau

Rommersche Rackkultur seit 1888.

mit Filialen in Grambin, Ueckermünde, Corgelow, Ferdinandshof und Jatznick www.baeckerei-reichau.de 10%

auf den Einkauf in der Ueckermünder Filiale Café Blende

> Hospitalstraße 16 17373 Ueckermünde

Nur Original-Coupon! Gültig vom 1.12.-31.12.2022

PARTNER

 $\mathbf{T} \cdots$

T-Mobile Partnershop Ueckerstraße 76 17373 Ueckermünde **20**%

auf alle Handytaschen, Ladekabel, Displayfolien

Zu jedem **Handy-Neuvertrag** geben wir 1 Tasche oder Displayschutzfolie **GRATIS!**

Nur Original-Coupon! Gültig vom 1.12.-31.12.2022

AnaCapri

Markt 9, 17373 Ueckermünde

Haff Rum

Gutschein

für eine Probeverkostung







10% auf Ihren Einkauf

Nur Original-Coupon! Gültig vom 1.12.-31.12.2022









