

DAS ORIGINAL

FUER UNS

Das Regionalmagazin zwischen Uecker & Randow

Januar / 2025

HAFFNET

Neues Projekt startet

MUSIKSCHULE

Spanierin verstärkt das Lehrerteam

DIE FUER UNS GEHT UM DIE WELT

Gewinner-Foto 2024 steht fest

 Sparkasse
Uecker-Randow



**Wir bieten nette und seriöse
Käufer für Ihr Haus**

**Einfach beraten lassen und jetzt
Termin vereinbaren. M. Todtmann**

Tel: 03973 434 440

In Vertretung der  Immobilien

ANZEIGE

Foto: U. Hertzfeldt

Auch im Web täglich informiert auf unserem Portal

www.uecker-randow.info



4 TAGE HOLLAND TULPENBLÜTE

8.04. - 11.04.2025

Preis: p.P. 655,- €

- 3 x Ü/HP im 4* Hotel im Raum Almere
- Eintritt Keukenhof
- Grachtenfahrt in Amsterdam
- Ausflüge u. a. Keukenhof (Tulpenschau), Zaanse Schans, Amsterdam



5 TAGE WIEN/WACHAU

27.04. - 1.05.2025

Preis: p.P. 635,- €

- 4 x Ü/HP im Hotel nördlich von Wien
- Reiseleitung in Wien / Heurigenabend
- Schifffahrt auf d. Donau durch die Wachau
- Ausflüge u.a. Kloster Melk, Wachau, Wiener Prater, Schloss Schönbrunn, Stadtrundfahrt Wien



5 TAGE MASUREN

4.05. - 8.05.2025

Preis: p.P. 615,- €

- 4 x Ü/HP im Hotel in Sensburg/Schoßsee
- Reiseleitung während der Rundfahrten
- Eintritt und Führung Heilige Linde mit Orgelkonzert
- Eintritt und Führung Wolfsschanze
- Staakenfahrt auf der Kruttinna
- Ausflüge u.a. Oberländischer Kanal, Allenstein, Wolfsschanze, Heilige Linde, Lötzen, Nikolaiken



5 TAGE SPORTHOTEL WILDER KAISER Oberbayern

14.05. - 18.05.2025 Preis: p.P. 685,- €

- 4 x Ü/HP mit All inklusive Light, Hausgetränke zum Abendessen sowie von 15 - 22 Uhr ausgewählte Getränke u.a. Cocktails
- fr. Nutzung Wellnessbereich mit Hallenbad/Sauna
- teilweise Reiseleitung
- Ausflüge u.a. Sudelfeld, Tatzelwurm, Brauereiführung mit Weißwurst-Essen, Krimmler Wasserfälle, Gerlos Pass, Zillertal, Mayerhofen, Tegernsee, Aachensee



9 TAGE ITALIENISCHE ADRIA

24.05. - 1.06.2025 Preis: p.P. 1250,- €

- jeweils 1 x Ü/HP zur Zwischenübernachtung bei An- und Abreise im Süddeutschen Raum
- 6 x Ü/HP Mittelklassehotel Raum Cesenatio/Rimini
- 1 Abschiedsabend mit Snack und Musik
- Pro Zimmer für den gesamten Aufenthalt eine Strandliege mit Sonnenschirm
- teilweise Reiseleitung
- Weinverkostung/Käseprobe
- Schiffsausflug mit Picknick an Bord
- Ausflüge u.a. San Marino, San Leo, Adriaküste, Rimini, Bergdorf Mondaino, Bootsausflug



WEITERE FAHRTEN 2025

8 Tage Kururlaub Swinemünde

26.04. - 3.05.2025

Preis: p.P. 695,- €

10 Tage Flusskreuzfahrt Rhein-Main-Donau Straßburg nach Linz

10.06. - 19.06.2025 Hauptdeck: p.P. 2.135,- € Oberdeck: zzgl. 398,- €

4 Tage Krakau 13.07. - 16.07.2025

Preis: p.P. 495,- €

4 Tage Prag 20.07. - 23.07.2025

Preis: p.P. 525,- €

10 Tage Flußkreuzfahrt auf der Rhone: Lyon - Arles - Lyon

31.07. - 9.08.2025 Hauptdeck: p.P. 2.195,- € Oberdeck: zzgl. 368,- €

4 Tage Bornholm (Dänemark) 28.08. - 31.08.2025

Preis: p.P. 625,- €

8 Tage Südtirol 20.09. - 27.09.2025

Preis: p.P. 1.045,- €

10 Tage Ungarn - Plattensee

1.10. - 10.10.2025

Preis: p.P. 1.175,- €

8 Tage Toskana zwischen Strand, Kultur und Genuss

15.10. - 22.10.2025

Preis: p.P. 1.150,- €

4 Tage Saisonabschlussfahrt Schwerin und Ostseebäder

26.10. - 29.10.2025

Preis: p.P. 555,- €



Grüne Woche Berlin 2025

Sa. 18.01.2025 | Mo. 20.01.2025 |

Mi. 22.01.2025

Busfahrt und Eintrittskarte

Preis: p.P. 49,- €

Ich wünsche uns allen Frieden fürs neue Jahr

Neu es Jahr, neues Glück ... das sagt man jedenfalls hierzulande so. Doch was ist Glück eigentlich? Vermutlich für jeden von uns etwas anderes. Manch einer ist glücklich, wenn er die Welt bereist, ein anderer ist lieber zu Hause und macht es sich in den heimischen vier Wänden gemütlich. Manch einer mag's bunt und laut, andere wiederum erfreuen sich an der Ruhe. Manch einer findet sein Glück in Büchern, ein anderer schreibt lieber aktiv am Roman seines Lebens. Manch einer sieht das Glück in ganz kleinen Dingen, ein anderer braucht den großen Bahnhof, um glücklich zu sein. Doch viele von uns finden ihr Glück in Begegnungen mit Menschen, mit der Familie, mit Freunden oder auch mit Fremden, die zu Vertrauten werden. Denn noch größer wird das Glück, wenn man es mit anderen teilt. Na gut, nicht unbedingt eine Stärke der Menschen, die heute gemeinhin viel zu sehr mit sich selbst beschäftigt sind.

Zum Jahresanfang wünschen wir uns regelmäßig ein gesundes und glückliches neues Jahr, doch 2025 sollten wir diese Wünsche um etwas Essenzielles ergänzen und uns gegenseitig Frieden wünschen. Ein Zustand, der viele Jahrzehnte in



FUER UNS-Redakteurin
Uta Hertzfeldt Foto: S. Wolff

unsere Breitengraden als etwas Selbstverständliches galt, fühlt sich längst nicht mehr selbstverständlich an. Deshalb sollten wir dankbar sein für jeden einzelnen Tag, den wir in Frieden leben dürfen.

Nur verzagen, das sollten wir nicht: Im Gegenteil: „Man muss das Leben tanzen“, wie Friedrich Nietzsche sagte. Das ist doch ein guter Vorsatz fürs

neue Jahr: Lassen Sie uns tanzen, gemeinsam tanzen. Sicher ein probates Mittel, um den Kopf nach einem vollen Arbeitstag, einem stressigen Alltag und all den negativen Schlagzeilen für einen Moment frei zu bekommen, frei zu bekommen von allen Sorgen und Ängsten, die uns durch die Weltlage aktuell begleiten. Tun Sie, was Ihnen Spaß macht – und das am besten einmal täglich, wenn's auch nur ein kurzes Zeitfenster ist. Als Lektüre empfehle ich dafür die FUER UNS. Denn wir haben in der aktuellen Ausgabe wieder viel Positives zu vermelden. Ein neues Projekt von HaffNet geht an den Start, die FUER-UNS-geht-um-die-Welt-Gewinnerin steht fest, ein neues Unternehmen hat sich gegründet und so mancher Freizeittipp findet sich auf den Seiten. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein glückliches, gesundes und friedliches neues Jahr!
Ihre Uta Hertzfeldt

Ihr FUER UNS
Team

So erreichen
Sie uns!

Silvio Wolff

0172 7147975

s.wolff@haffmedia.de

Uta Hertzfeldt

0170 4751533

u.hertzfeldt@haffmedia.de

info@haffmedia.de

039771 / 816116

Besuchen Sie
auch unser
Internetportal

www.Uecker-Randow.info



Unsere Ausgaben erscheinen jeweils zu **Beginn des Monats. REDAKTIONSSCHLUSS: Februar-Ausgabe - 15. Januar**



Wer auch an eisigen Wintertagen gern spazieren geht, wird oft belohnt mit malerischen Bildern. So auch in unserer schönen Uecker-Randow-Region. Das Titelbild dieser Januar-Ausgabe ist im vergangenen Jahr bei einem Spaziergang von Ueckermündes Altstadt hoch zum Leuchtturm aufgenommen worden. Der Schnee setzte sich an diesem Wintertag auf die Zweige und Sträucher der Bäume. Es herrschte eine angenehme Stille entlang des Weges. Nur ein paar Enten bahnten sich den Weg durch das kühle Nass. Rehe suchten auf dem Feld nach Nahrung und hin und wieder kreischte eine Möwe am Nachmittags Himmel.

Foto: U. Hertzfeldt

„Man muss
das Leben
tanzen.“

Friedrich Nietzsche
1844 - 1900
deutscher Philologe
und Philosoph



IMPRESSUM

Das Magazin **FUER UNS** wird herausgegeben von **HAFF media**, Ueckerstraße 109, 17373 Ueckermünde // Persönlich haftender Gesellschafter: Silvio Wolff
Telefon: **039771 816116** - Mail: **info@haffmedia.de** - www.haffmedia.de // Steuernr. 084/288/05632 // Auflage: ca. **12.000 Exemplare** // Verbreitung: Uecker-Randow
Druck: **WIRmachenDRUCK GmbH**, Mühlbachstr. 7, 71522 Backnang // Verantwortlich für den Inhalt nach § 55 RStV ist Silvio Wolff (Adresse s.o.)
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 vorherigen schriftlichen Einwilligung des Autors bzw. Urhebers. AGBs unter www.haffmedia.de

WIRmachenDRUCK.de
Sie sparen, wir drucken!

Bäume brennen zum Jahresanfang

Infos aus Eggesin und dem Amt „Am Stettiner Haff“

Workshop: Kalligrafie in der KulturWerkstatt Eggesin

Tauchen Sie ein in die Kunst der schönen Schrift! Am Mittwoch, **8. Januar 2025**, von 17:00 bis 19:00 Uhr lädt die KulturWerkstatt Eggesin, Stettiner Straße 1, alle Kalligrafie-Interessierten zu einem spannenden Workshop ein.



Egal, ob Anfänger oder Fortgeschrittener – unter der fachkundigen Anleitung von Dietlind Wagner lernen Sie die Grundformen der historischen Schrift Unziale kennen. Sobald Sie die Basis verstanden haben, ist der Einstieg überraschend einfach!

Material und Werkzeug:

werden gestellt, eigene Utensilien können gern mitgebracht werden.

Anmeldung & Info:

www.papierkunst.info
Telefon: 039771-23492

Kosten: 15 €

Hinweis: Der Workshop ist Teil der monatlichen Kreativzeit am Mittwoch, die vom Kreativzentrum Eggesin zu wechselnden Themen organisiert wird.



Kino-Kaffee in der KulturWerkstatt Eggesin

26. Januar 2025, 15 Uhr

Film und Kaffee

Um Anmeldung wird gebeten! Telefon: 039779/29599 oder Mail: info@kulturwerk-vorpommern.de

Film: Lucia und der Weihnachtsmann 2

Weihnachten steht vor der Tür und wie jedes Jahr bricht Lucia mit ihrer Familie vom Winterwunderwald zur Weihnachtsschule auf. Dort wird nicht nur die nächste Generation der Weihnachtsmänner und -frauen ausgebildet, sondern hier steht auch die magische Maschine von König Winter, die dank des blauen Kristalls Geschenke für alle Kinder auf der Welt erzeugt.



Termine im Februar

08.02. LEOPOLDSHAGEN · Karneval

15.02. GRAMBIN · ab 17:00 Uhr, am Gemeindehaus
4. Grambiner Winterfreuden mit Feuerschale, Heiß- und Kaltgetränken, Bratwurst vom Grill und Knüppelkuchen.

Gemeinsames Verbrennen der Weihnachtsbäume

11.01. LEOPOLDSHAGEN

Weihnachtsbaumverbrennen

18.01. ALTWARP · ab 14:30 Uhr am Hafen

Um 14:30 Uhr gehen die Ueckermünder Iesboder im Hafen ins Wasser. Im Anschluss daran werden die Weihnachtsbäume (auf der Wiese zwischen Caravanstellplatz und Haffküste) verbrannt. Eigene Bäume können gern mitgebracht werden.

18.01. MÖNKEBUDE · ab 17:00 Uhr am Strand

Weihnachtsbaumverbrennen

Für das leibliche Wohl ist durch die Feuerwehr Mönkebude bestens gesorgt. Es gibt stimmungsvolle Musik und leckere Speisen. Die Bäume werden am Freitag, 17. Januar, zwischen 14 und 19 Uhr abgeholt. Oder man bringt seinen Baum selbst direkt zur Veranstaltung mit und bekommt dann dafür als Dankeschön ein kostenloses Getränk.



18.01. MEIERSBERG · 17:00 - 21:00 Uhr

Zarowfestplatz am Rodelberg

Weihnachtsbaumfeuer mit Leckerem vom Grill, Heißgetränken, Technikschaу der Feuerwehr, Lagerfeuer und musikalischer Unterhaltung. Tauschen Sie Ihren Weihnachtsbaum gegen einen Glühwein. Einfach Ihren Weihnachtsbaum am 17.01. bis 18:00 Uhr vor ihr Grundstück legen.



InATheGer: Innovatives Projekt fördert den Erhalt der Mobilität im Alter

Das HaffNet startet eine Studie und erprobt eine neue ambulante Versorgungsform im multiprofessionellen Team.

Die ambulante Versorgung älterer Menschen auf dem Land steht vor besonderen Herausforderungen – nicht selten scheidet sie daran, dass Patienten gar nicht erst zu den notwendigen Behandlungen gelangen. Genau hier setzt das neue Modellprojekt InATheGer (Intensivierte Interprofessionelle Ambulante Therapie Geriatrischer Patienten) an. In diesem Jahr wird in Ueckermünde, Tessin und Neubukow ein neues Konzept erprobt, das nicht nur medizinische, sondern auch logistische Hürden beseitigen soll: Patienten werden nun durch einen Fahrdienst abgeholt, zu ihren Behandlungsorten gebracht und dort umfassend versorgt. In Ueckermünde übernimmt das Team des HaffNet – bestehend aus Kristin Rieck und Patricia Schulze – die Organisation und Umsetzung des Projekts.

Neben der Behandlung durch Physiotherapeuten, Ergotherapeuten oder Logopäden steht die enge Zusammenarbeit der Fachkräfte im Vordergrund. Dr. Sabine Meinhold, verantwortliche Geriaterin im Projekt, erklärt: „Das Modellprojekt bietet die Chance, den Fokus auf die ambulante therapeutische Versorgung der Patienten zu legen,



Gemeinsam für eine bessere Versorgung: Die Akteure des Modellprojekts InATheGer setzen auf Teamwork und innovative Ansätze in der Geriatrie. *Fotos: ZVG*

was durch den Fahrdienst noch abgerundet wird.“

Das Programm umfasst für 90 von 180 Teilnehmern ein 14-wöchiges Therapieangebot mit 20 Therapietagen. Es beinhaltet individuell abgestimmte Behandlungen wie Physiotherapie, Ergotherapie, Ernährungsberatung und Gruppenaktivitäten, die nicht nur die Gesundheit fördern, sondern auch soziale Isolation bekämpfen.

Ein interprofessionelles Team für optimale Versorgung

Die Akteure des Projekts – darunter Logopädie Dörner, Ergotherapie Schramm und Physiotherapie am Haff, Easyfit, PhysioMed Meinhold und bei Bedarf der Pflegestützpunkt Pasewalk – stimmen sich wöchentlich zu den Fortschritten der Patientinnen und Patienten mit der geriatrischen Leitung ab. Auch die Einbindung des Hausarztes ist möglich, um eine ganzheitliche Betreuung zu gewährleisten.

Die Ergebnisse der Studie, die unter der wissenschaftlichen Leitung der Charité Berlin, der Universität Rostock und des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf steht, sollen zeigen, ob dieses Modell langfristig die Lebensqualität älterer Menschen steigert. Mit diesem Ansatz könnte ein entscheidender Schritt hin zu einer verbesserten ambulanten Versorgung älterer Menschen in Mecklenburg-Vorpommern

gemacht werden. Das Projekt verspricht nicht nur medizinische, sondern auch soziale Verbesserungen – ein Gewinn für Patienten und die gesamte Region.

Von Silvio Wolff

Wer kann teilnehmen?

Patienten ab 70 Jahren mit einer akuten klinischen Verschlechterung in den letzten 6 bzw. einer progredienten klinischen Verschlechterung in den letzten 12 Monaten und die mindestens 2 der folgenden Kriterien erfüllen:

- es liegt ein Pflegegrad vor
- die Mobilität ist eingeschränkt
- Gebrechlichkeit
- chronisches Schmerzsyndrom
- geistige und emotionale Beeinträchtigung

Interessenten können sich mit ihrem Hausarzt oder direkt mit dem HaffNet in Verbindung setzen. Wichtig ist zu wissen, dass es sich um eine Studie handelt. Dabei wird es zwei Gruppen geben, mit und ohne InATheGer-Therapie. Die Zuteilung erfolgt zufällig!



In Rostock trafen sich die Projektpartner zum Auftakt.



HaffNet
DAS ÄRZTENETZ



EASYFIT



PhysioMed
Meinhold



Pflege Stützpunkt
Pasewalk



ergotherapie
am Haff
und Schorn



JESSICA DÖRNER



strehlow Physiotherapie

Ärzenetz HaffNet
Belliner Str. 21e • 17373 Ueckermünde • Tel.: 039771 537878 • E-Mail: info@haffnet.de



www.umzug-pasewalk.de



Tel. 01 76 70 586 042

Torgelower Strasse 14
17309 Pasewalk

Hier könnte Ihre Anzeige stehen!

Sie suchen Fachkräfte, Auszubildende
oder wollen mehr Kunden auf sich aufmerksam machen?

Wir beraten Sie gern!

Mehr erreichen durch gezielte Werbung in der UER-Region: PRINT - BEWEGT - ONLINE

- FUER UNS-Magazin mit ca. 12 000 Exemplaren
- Videoleinwände in Torgelow und Ueckermünde
- Online-Portal www.uecker-randow.info
- mit SocialMedia (1000 - 2000 Klicks täglich!)



HAFF media

Ueckerstr. 109 | 17373 Ueckermünde

☎ 039771 / 816116 oder 0172 / 7147975 oder info@haffmedia.de

Stark durchs Leben: Resilienz für die Jüngsten



Was könnte in der heutigen Zeit wichtiger sein, als Kindern schon so früh wie möglich einfache Methoden an die Hand zu geben, um den kleinen und großen Hürden im Miteinander mit Leichtigkeit und innerer Stärke zu begegnen? Das hat auch Luisa Piepenhagen im Sinn und bietet nun in der Uecker-Randow-Region Selbstbehauptungs- und Resilienztrainings für Kinder an. Nach dem Konzept „Stark auch ohne

Muckis“ stärkt sie Kinder in Kindergärten, Grundschulen und offenen Kursen. Ziel ist es, den jungen Teilnehmern Strategien mitzugeben, die ihnen helfen, Konflikte zu meistern, ihre Grenzen klar zu setzen und selbstbewusst aufzutreten.

Das Angebot richtet sich an Kinder im Alter von 5 bis 12 Jahren. Gerade in Schulen ist Mobbing ein großes Thema. Jedes dritte Kind ist laut einer Studie der Bertelsmann-Stiftung betroffen. Luisa Piepenhagen zeigt Grundschulern, wie sie sich vor verbaler Gewalt schützen und Beleidigungen nicht an sich heranlassen. Die Trainings fördern zudem den respektvollen Umgang miteinander. Sie finden in der Kita und der Schule statt oder auch als offene Kurse. Erste Termine sind am **25. und 26.01.2025** jeweils von 10.30 bis



Gezielte Trainings für Kinder sollen sie stark machen.

Fotos: ZVG

12.30 Uhr im EasyFit Sportstudio Ueckermünde. Und im März sind offene Kurse am **01. und 02.03.2025** geplant. Bei Interesse melden Sie sich gern an.

Luisa möchte den Kids vor allem beibringen, dass sie ihre Lebensfreude nicht von Meinungen an-

derer abhängig machen müssen. Letztendlich lautet die Botschaft der Kurse: Wertschätzung sich selbst und anderen gegenüber leben. Weitere Informationen und Termine finden Sie unter www.kinderheldenkraft.de

Von Silvio Wolff



Luisa Piepenhagen

Telefon: 0171 / 4842 706

www.kinderheldenkraft.de

ANZEIGE

WWW.EASYFIT-UECKERMUENDE.DE

**JETZT
2 WOCHEN
TESTEN!**

**INKLUSIVE
COACHING**

**NEUES JAHR, NEUES DU!
MIT POWER DURCHSTARTEN.**

EASYFIT

Oststraße 9 | 17373 Ueckermünde | Telefon 039 771 - 52 85 27 | www.easyfit-ueckermuende.de

ANZEIGE

Spanierin verstärkt das Ueckermünder Musikschulteam

Elisa Schoenlein Jaurena unterrichtet seit dem Schuljahr 2024/2025 Cello und Kontrabass an der Kreismusikschule Uecker-Randow.

Die Sonne bahnt sich den Weg durch das trübe Wintergrau. Ihre Strahlen tauchen den Raum von Elisa Schoenlein Jaurena in ein angenehm warmes Licht. Fast scheint es so, als wolle die Sonne die Spanierin davon überzeugen, dass der Winter auch in Deutschland schön sein kann. Ihre Instrumente sind das Cello und der Kontrabass. Die Musikschullehrerin liebt die tiefen Töne, wie sie verrät. Und diese Leidenschaft gibt sie nun an ihre Ueckermünder Schülerinnen und Schüler weiter. „Die jüngste Schülerin ist sechs Jahre jung und die älteste Schülerin ist 68 alt“, gibt Elisa Schoenlein Jaurena einen Einblick in die Altersspanne ihrer Schützlinge. Eine sehr spannende und schöne Arbeit, schwärmt die 27-Jährige, die nebenbei im österreichischen Salzburg an der Universität Mozarteum noch ihren Master im Fach Kontrabass absolviert. Denn vor allem dieses Instrument hat es der Spanierin angetan.

Bevor sie ihr Weg ans Haff führte, hatte die junge Frau eine einjährige Akademiestelle in Neubrandenburg. Sie war Teil des Orchesters der Neubrandenburger Philharmonie. „Eine schöne Zeit“, sagt sie.

Eine freie Stelle führte sie anschließend nach Ueckermünde. Im Seebad wurde eine Nachfolge für Musikschullehrer Kaspar Michael Schwab gesucht. Denn



Musikschullehrerin Elisa Schoenlein Jaurena

Foto: U. Hertzfeldt

der langjährige und beliebte Lehrer verabschiedete sich in den Ruhestand und übergab seine Ueckermünder Schützlinge mit Beginn des Schuljahres 2024/2025 an Elisa Schoenlein Jaurena. Eine große Aufgabe, wie die Spanierin fand. „Ich war ziemlich aufgeregt“, erinnert sie sich. „Ich wusste nicht, wie ich bei den Schülerinnen und Schülern ankomme.“ Doch ihre Sorge

war unbegründet. Alle haben sie gut aufgenommen. Auch die Kollegen. „Sie halfen mir dabei, in Ueckermünde eine Wohnung zu finden.“

Mit dem Rad erkundet sie seitdem die Gegend. Sie liebt das Haff, die kleinen Häfen und die Brücke, über die sie zur Arbeit fährt.

Ihre Heimat ist ein kleiner Ort im Norden Spaniens. Dort leben ihre

Eltern. Beide ebenfalls Musiker und Lehrer. „Mein Vater ist Deutscher und meine Mutter Spanierin“, erzählt sie. Aufgewachsen ist sie seit frühester Kindheit mit Musik. So verwundert es nicht, dass ihre große Leidenschaft neben dem Unterrichten heute das Orchesterspiel ist. Elisa Schoenlein Jaurena spielt auch im Musikschulorchester, bei den Uecker-Randow-Sinfonies. Sie lobt die Leidenschaft der jungen und auch schon älteren Musikerinnen und Musiker.

Doch vor allem freuen sie die Fortschritte, die ihre Schülerinnen und Schüler von Woche zu Woche machen. Vor allem die ganz jungen, die noch kein eigenes Instrument haben, sind völlig aus dem Häuschen, wenn sie zum ersten Mal ein Instrument – ausgeliehen von der Musikschule – mit nach Hause nehmen dürfen. So viel Freude berührt das Herz der Spanierin, die schon von ihrer kleinen Musikschulfamilie spricht.

Sie schätzt die vielen Auftritte der Kreismusikschule Uecker-Randow in der Region, denn auch dort darf sich die Musikerin gemeinsam mit dem Orchester oder im Ensemble präsentieren.

Mit ihr verstärken weitere neue Lehrerinnen und Lehrer das Musikschul-Team. Auch sie werden wir nach und nach in der FUER UNS vorstellen.

Von Uta Hertzfeldt

**DAS PORTAL FUER
UNSERE REGION**

Schick uns Deinen Artikel für unser Internetportal Uecker-Randow.info! Wir posten täglich Veranstaltungen und interessante Beiträge aus der Region.
E-Mail: info@uecker-randow.info



www.uecker-randow.info

Winterblues oder doch Anzeichen einer typischen Depression?

Der Chefarzt der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der AMEOS Klinika in Vorpommern, Andreas Trupp, klärt zum Thema auf.

Zum Jahreswechsel wünschen sich die Menschen hierzulande ein glückliches und gesundes neues Jahr. Doch was, wenn sich der eine oder andere gar nicht so glücklich fühlt und die dunkle Jahreszeit kräftig auf die Stimmung drückt? „Dann könnte Winterblues oder sogar die sogenannte Winterdepression dahinterstecken“, sagt Andreas Trupp, Chefarzt der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der AMEOS Klinika in Vorpommern, und erklärt: „Bei der Winterdepression liegt eine deutlich stärkere Symptombelastung vor. Das ist eine Art von Depression, die typischerweise in den Herbst- und Wintermonaten auftritt. Sie wird durch die veränderten Lichtverhältnisse in diesen Jahreszeiten ausgelöst und kann die Stimmung einer Person erheblich beeinflussen.“

Symptome dieser saisonalen Depression seien beispielsweise anhaltende Müdigkeit, übermäßiges Schlafen und Energielosigkeit, Niedergeschlagenheit sowie Heißhunger – und zwar besonders auf kohlenhydratreiche und süße Lebensmittel. In der Konsequenz kann eine Gewichtszunahme die Folge sein, so der Chefarzt. Der Verlust von Interesse an sozialen Aktivitäten und Hobbys könnte ebenfalls auftreten.

Mitunter können Anzeichen, die auch bei einer typischen Depression, also jener, die im Frühjahr nicht wieder besser wird, auftauchen. „Deshalb ist eine Unterscheidung oft schwierig“, sagt Andreas Trupp. Denn Anzeichen für Depression seien

schlechte Stimmung, Freudlosigkeit, Antriebslosigkeit und Lustlosigkeit sowie mangelndes Interesse am sozialen Umfeld wie dem Freundeskreis. Betroffene, die nicht „nur“ an einem Winterblues, sondern an einer Depression leiden, können oft nicht schlafen. „Sie haben ein reduziertes Konzentrationsvermögen, sind oft unentschlossen, mitunter geplagt von Grübeln, Schuldgefühlen oder haben wiederkehrenden Gedanken an den Tod“, erklärt der Chefarzt.

In beiden Fällen – saisonale und typische Depression – empfiehlt Andreas Trupp Betroff-



Chefarzt
Andreas Trupp

Foto: AMEOS

nen, sich so früh wie möglich Hilfe zu holen. „Ein Winterblues dauert meistens nicht länger als zwei Wochen, eine Winterdepression deutlich länger und kann frühestens nach zwei Jahren diagnostiziert werden, aber dennoch können andere psychiatrische Erkrankungen hinter den Symptomen stecken.“ So würde es im Klinikalltag vorkommen, dass Patienten wegen einer vermuteten Winterdepression den Weg ins Krankenhaus finden, aber schließlich mit einer anderen Diagnose nach Hause gehen. Nur ein Grund, warum Andreas Trupp Betroffenen rät, sich so früh wie möglich Hilfe zu holen, bevor sich eine Depres-



Im Winter ist es oft dunkel. Den Menschen fehlt das Licht. Das kann die Stimmung deutlich trüben.

Foto: pixabay (AI)

sion chronifiziert. Dafür empfiehlt er den Weg zu einem niedergelassenen Psychiater. „Oder Betroffene wenden sich direkt an die Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der AMEOS Klinika in Vorpommern, wenn sie Hilfe suchen.“ Neben einem vollstationären Therapieangebot hält die Klinik auch einen Aufenthalt in ihrer modern ausgestatteten Tagesklinik bereit. „Interessant vor allem für Patienten, die zu Hause ihren Alltag mit der Familie aufrechterhalten wollen“, so der Chefarzt. Wie zu einem Arbeitstag bricht man am Morgen in die Tagesklinik auf, die man dann am Nachmittag wieder verlässt. Auf die Patienten wartet ein vielfältiges Therapieangebot, bestehend aus Gruppentherapien, Einzelgesprächen, Ergotherapie, Sporttherapie und einigem mehr. Gemütliche Aufenthalts-

und Entspannungsräume würden außerdem für einen guten Aufenthalt in der Tagesklinik sorgen. „Es besteht für Betroffene auch die Möglichkeit, sich die Klinik vorher anzuschauen“, ermutigt der Chefarzt.

Wird eine Winterdepression diagnostiziert, können Patienten beispielsweise mit einer Lichttherapie behandelt werden. „Das ist eine 30 Minuten Lichtbestrahlung mit 10 000 Lux pro Tag“, erklärt der Facharzt.

Auch ein paar Tipps hat Andreas Trupp parat, wie man einer Winterdepression vorbeugen kann: Er nennt frische Luft und Tageslicht als wichtige Komponenten. Ebenso könnten Bewegung, sportliche und sonstige Aktivitäten mit anderen zusammen helfen, die Stimmung in der dunklen Jahreszeit zu heben.

Von Uta Hertzfeldt



Ein neues Jahr beginnt – Zeit also für neue Chancen, Ziele und gemeinsame Erfolge. Wir danken Ihnen für Ihr Vertrauen im vergangenen Jahr und stehen auch 2025 wieder mit Rat und Tat an Ihrer Seite.

Ob in rechtlichen Fragen, bei Herausforderungen oder neuen Vorhaben – wir sind Ihr verlässlicher Partner.
Gemeinsam finden wir Lösungen.

Ihr Team von Rohe & Kollegen

Insolvenzrecht • Wirtschaftsrecht • Strafrecht • Arbeitsrecht • Verkehrsrecht • Familienrecht

ROHE & KOLLEGEN

Rechtsanwälte • Steuerberater • Insolvenzverwalter



Rosenmühler Weg 6 c
17373 Ueckermünde
Tel: 039771 / 533-0

Baustraße 37
17389 Anklam
Tel: 03971 / 293117

Demminer Straße 10
17034 Neubrandenburg
Tel: 0395 / 5442118

www.rohe-kollegen.de

TALK IM SPEICHER

Der Wolf – unser Nachbar?

Am **Mittwoch, 22. Januar 2025, um 16 Uhr** lädt der Ueckermünder Speicherverein zur nächsten spannenden Diskussionsrunde ein. Thema des Talks: „Der Wolf – unser Nachbar?“

Die Rückkehr des Wolfs in unsere Kulturlandschaft sorgt für kontroverse Diskussionen. Welche Auswirkungen hat dies auf Mensch und Natur? Welche Chancen und Herausforderungen ergeben sich daraus? Vertreter des Ministeriums für Klimaschutz, Landwirtschaft, ländliche Räume und Umwelt M-V, des Naturschutzbundes, des Bauernverbandes und des Forstamtes werden ihre Perspektiven und Erfahrungen einbringen.

Nutzen Sie also die Gelegenheit, mitzudiskutieren und Ihre Sichtweise zu schildern!

Moderiert wird die Veranstaltung am 22. Januar von Dr. Dirk Schwenzer, Projektkoordinator



MI | 22.01.2025 | 16 Uhr

Der Wolf ist Thema beim nächsten Talk im Speicher.

Foto: pixabay

des Ueckermünder Speichervereins. Sichern Sie sich also gern schon eine Karte im Vorverkauf für 5 Euro. An der Abendkasse

kostet das Ticket 7 Euro. Der Ueckermünder Verein freut sich auf ihren Besuch zu dieser spannenden Talkrunde!

Die Veranstaltungsreihe „Talk im Speicher“ wird durch die Postcode-Lotterie gefördert.



Kroatien: Immer eine Reise wert

Der studierte Opern- und Chansonsänger Thomas W. Mücke und seine Frau Nina präsentieren seit über 30 Jahren deutschlandweit ihre Mittelformat-Multimediashow. Diese Inszenierungen, die durch eine einzigartige Synthese von Wort, Gesang und Musik sowie eine brillante 6x6-Bildqualität beeindruckend, sind längst zu einer festen Institution geworden. Darauf dürfen sich Interessierte nun am **Dienstag, 4. Februar 2025, um 19 Uhr** im Ueckermünder KULTUR-SPEICHER zum Thema Kroatien freuen – und zwar im Rahmen der Veranstaltungsreihe Talk im Speicher.

Für viele Touristen bedeutet Kroatien vor allem die Küste zwischen der Halbinsel Istrien und Dubrovnik, wo jährlich rund 1,5 Millionen Deutsche das glaskla-



DI | 04.02.2025 | 19 Uhr

Kroatien – präsentiert von Thomas W. Mücke und seiner Frau.

Foto: ZVG

re Wasser genießen. Die Glanzpunkte dieser Region, darunter die Inseln Cres, Losinj, Krk, Hvar und Korcula, werden von Thomas und Nina Mücke bevorzugt im Herbst erkundet. Zu dieser Jahreszeit zaubert das besondere Licht eindrucksvolle Fotos, während die Düfte der Kräuter die Sinne betören. Auch die kunstvollen Städte wie Porec, Split, Si-

benik und Dubrovnik lassen sich dann fernab der Hochsaison in Ruhe erleben. Ergänzt wird diese Reise durch Wanderungen im traumhaften Velebitgebirge und Besuche bei den berühmten Plitwitzer Wasserfällen, dem sogenannten „achten Weltwunder“. Zentral- und Nordkroatien hingegen sind für viele noch ein unentdecktes Terrain. Hier scheint der

oft überstrapazierte Begriff „unberührte Natur“ vielerorts noch der Realität zu entsprechen. Die Hauptstadt Zagreb, auch als „die Mutter Wiens“ bekannt, zählt zu den grünsten Städten Europas und lädt mit ihren charmanten Cafés zum Verweilen ein. Im gesamten Norden begegnet man geschichtsträchtigen Burgen sowie beeindruckenden Thermal- und Erlebnisbädern. Auf dem Rückweg, kurz vor Ungarn, bietet sich die Möglichkeit, in unzähligen Weinkellern einen exzellenten Tropfen zu genießen und so einen einzigartigen Urlaub gebührend ausklingen zu lassen. Speicher-Projektkoordinator Dr. Dirk Schwenzer moderiert den Talk, bei dem Sie auch Fragen loswerden können. Das Ticket kostet im Vorverkauf 5 Euro, an der Abendkasse 7 Euro. pm

Infos zu anderen Veranstaltungen auf www.speicher-ueckermuende.de
Kartenvorbestellungen per Tel. 039771 54262 oder per Mail an info@speicher-ueckermuende.de

KULTURPORTAL TORGELOW



16.01.2025 UECKERSAAL

Starke Weiber dürfen mehr!
Kabarett mit FrauAndrea
19:30 Uhr (Einlass: 18:45 Uhr)
Tickets: 15,00 € unter 03976 252-153

12. & 13.02. UECKERSAAL

**Wenn JA dann NEIN
Ansonsten nicht**
Kabarett mit Michael Ranz
19:30 Uhr (Einlass: 18:45 Uhr)
Tickets: 15,00 € unter 03976 252-153

07.03.2025 Haus an der Schleuse

Ronny Weiland
Konzert der Gefühle
16:00 Uhr
Tickets unter 03976 252-153

13.03.2025 UECKERSAAL

Glückliches Händchen
Kabarett mit Martin Fromme
19:30 Uhr (Einlass: 18:45 Uhr)
Tickets: 15,00 € unter 03976 252-153

20.03.2025 UECKERSAAL

Frühlingskonzert
200 Jahre Johann Strauss
19:30 Uhr (Einlass: 18:45 Uhr)
Tickets: 15,00 € unter 03976 252-153

30.03.2025 STADTHALLE

Forever QUEEN
performed by Queen alive
19:00 Uhr (Einlass: 18:00 Uhr)
Tickets unter 03976 252-153

03.04.2025 UECKERSAAL

Vom Leben verwöhnt
Kabarett mit Thekentratsch
19:30 Uhr (Einlass: 18:45 Uhr)
Tickets: 15,00 € unter 03976 252-153

15.05.2025 UECKERSAAL

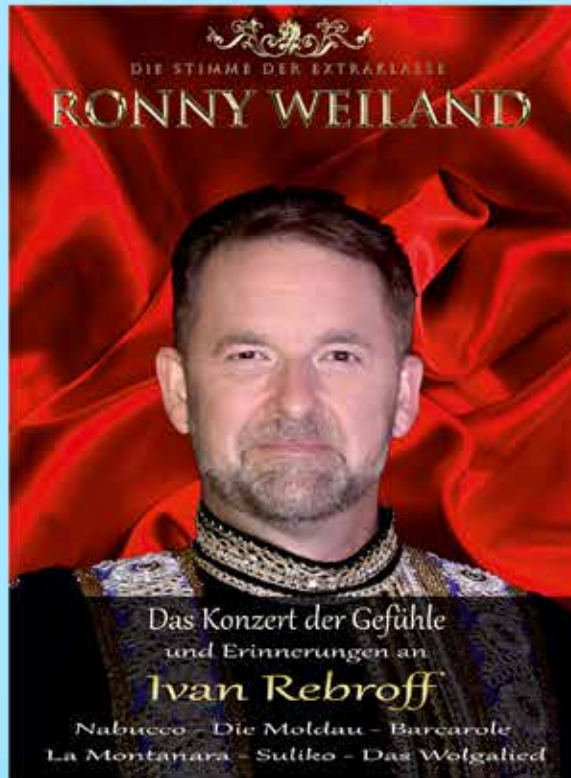
GAGALAND
Kabarett mit Frank Fischer
19:30 Uhr (Einlass: 18:45 Uhr)
Tickets: 15,00 € unter 03976 252-153

21.09.2025 STADTHALLE

Fantasy
Wunderland Tour
16:00 Uhr (Einlass: 15:00 Uhr)
Tickets unter 03976 252-153

Infos und Tickets:

 **03976
252-153**



07. März 2025 16:00 Uhr
HAUS AN DER SCHLEUSE TORGELOW
Tickets: Stadtverwaltung (03976/252 153), www.reservix.de + alle bek. VVK-Stellen



20 Jahre Fliesen-Tino: Qualität und Erfahrung aus der Region

Seit nunmehr 20 Jahren ist Tino Spiegelberg mit seinem Unternehmen eine feste Größe in der Uecker-Randow-Region. In Ueckermünde, Eggesin, Torgelow und Umgebung hat er in zwei Jahrzehnten unzählige Badezimmer und Küchen verschönert – immer mit dem Anspruch, höchste Qualität zu liefern und die Wünsche seiner Kunden passgenau umzusetzen. Gemeinsam mit seinem langjährigen Mitarbeiter Björn Ewald sorgt er dafür, dass Fliesen nicht nur funktional, sondern auch ein optisches Highlight werden.

Tino Spiegelberg hat sich auf reine Fliesenarbeiten spezialisiert, vermittelt aber bei Bedarf auch Fachkräfte für andere Gewerke, um Projekte umfassend zu betreuen. Sein Schwerpunkt liegt auf der Gestaltung von privaten Bädern. Dabei bringt er nicht nur sein handwerkliches Geschick ein, sondern auch sein Wissen über aktuelle Trends wie etwa großformatige Fliesen im Format 60 x 120 cm, die sich immer größerer Beliebtheit erfreuen. „Solche Fliesen schaffen ein modernes, edles Ambiente und sind ein echter Blickfang“, berichtet er aus der Praxis.

Seine Kunden schätzen vor allem die persönliche Beratung und den Rundum-Service, den

Fliesen-Tino bietet. Von der Auswahl der Materialien bis zur Planung und Umsetzung steht er seinen Kunden mit Rat und Tat zur Seite. Dabei kommt er gern zu ihnen nach Hause, um die Gegebenheiten vor Ort zu begutachten und individuelle Gestaltungsmöglichkeiten aufzuzeigen. Für eine reibungslose Umsetzung empfiehlt er eine rechtzeitige Planung – mindestens ein Vierteljahr im Voraus.

Auch größere Projekte schrecken Fliesen-Tino nicht ab. So hat er beispielsweise maßgeblich die Fliesenarbeiten im Eggesiner Autohaus Hoppe umgesetzt. Seine Kompetenz und Erfahrung sind dabei nicht nur bei privaten Kunden gefragt, sondern auch bei gewerblichen Auftraggebern.

Tino Spiegelberg ist Handwerker aus Leidenschaft. Das zeigt sich nicht nur in der Qualität seiner Arbeit, sondern auch in seiner Bereitschaft, sich kontinuierlich fortzubilden. Er und sein Team besuchen regelmäßig Lehrgänge, um neue Techniken und Materialien kennenzulernen, in erster Linie von der Firma Botament. Des Weiteren ist das Eggesiner Team Baucenter als verlässlicher Partner stets an seiner Seite.

Die Kombination aus Tradition und Innova-



Tino Spiegelberg (links) und sein Mitarbeiter Björn Ewald sind ein eingespieltes Team. Aktuell verarbeiten sie häufig besonders große Fliesen.
Foto: U. Hertzfeldt

tion macht ihn zu einem kompetenten Handwerker, wenn es um Fliesenarbeiten geht. „Die Technik hat sich in den letzten 20 Jahren weiterentwickelt, und wir möchten unseren Kunden stets die besten Lösungen bieten“, so Spiegelberg.

Zum 20-jährigen Jubiläum möchte Tino Spiegelberg sich bei all seinen Kunden, Partnern und Wegbegleitern bedanken. Besonders die Ueckermünder

Wohnungsbaugenossenschaft liegt ihm am Herzen, die seit den Anfängen eine enge Zusammenarbeit mit ihm pflegt. Auch die zahlreichen positiven Rückmeldungen seiner privaten Kunden bestätigen ihn in seinem Engagement: „Es ist ein tolles Gefühl, wenn man am Ende eines Projekts in ein zufriedenes Gesicht blickt und weiß, dass man etwas Bleibendes geschaffen hat.“
Von Silvio Wolff



Zahlreiche Bäder hat Tino Spiegelberg in den vergangenen 20 Jahren gestaltet und gefliest.
Foto: ZVG

Fliesenlegerarbeiten
Tino Spiegelberg

KONTAKT

Greifswalder Straße 4
17373 Ueckermünde
tino.spiegelberg@t-online.de

Tel. 039771 2 77 03
Funk 0151 12 73 5759

www.fliesentino.de

KONZERTE IM SPEICHER

Australier Paul Fogarty zu Gast im Seebad

Das neue Jahr im Ueckermünder KULTurSPEICHER beginnt international. Der australische Singer-Songwriter Paul Fogarty wird am **Samstag, 11.01.2025**, auf der Bühne im Seebad stehen. Er begeistert sein Publikum auf der ganzen Welt mit seinen genre-sprengenden Live-Shows, seinem trockenen Humor und seiner grenzenlosen Energie. Als Komponist von mehr als 2000 Songs mit Dutzenden von Radio-Auftritten, Hunderten von Live-Shows und Solo-Auftritten auf Festivals und Konzerten hat Fogarty sich in Europa, den USA und Australien eine treue Fangemeinde aufgebaut.

Er ist schon als Voract für Status Quo aufgetreten, ist mit Arrested Development getourt und spiel-

te auf Konzerten mit Joss Stone, David Gray, Kitty Daisy & Lewis, Richard Clapton, Angelo Kelly und Klaus Weiland. Seit 2006 zieht Paul die Aufmerksamkeit von Verlagen und bedeutenden Labels in den USA und Europa auf sich.

Paul spielt Akustikgitarre in verschiedensten Stimmungen, Weissenborn lap-slide Gitarre, die sechsseitige Mandolele (eine Kreuzung aus Mandoline und Ukulele), Klavier, Banjo, Mundharmonika, Stompbox und Schlag.

Das Konzert beginnt um 20 Uhr. Und Sie können sich gern bereits ein Ticket im Vorverkauf für 18 Euro sichern. An der Abendkasse zahlen Sie 20 Euro für die Karte. Der Speicherverein freut sich auf Ihren Besuch. *pm*


Reinhören


Paul Fogarty
Sa | 11.01.2025 | 20 Uhr

Fotos: ZVG Veranstalter

Australisches Duo verzaubert die Gäste

Vom anderen Ende der Welt kommen auch Minor Gold – ein Americana-Folk-Duo aus Australien, bestehend aus Tracy McNeil und Dan Parsons – am **Sonntag, 26. Januar 2025**, ins beschauliche Ueckermünde. Beide sind renommierte Musiker und Songwriter, die schon lange zusammenarbeiten und sich durch beeindruckende Harmoniegesänge und ausgefeilte Songstrukturen auszeichnen. Ihre Musik erinnert an den Stil von Künstlern wie Tom Petty, Crosby, Stills & Nash sowie Stevie Nicks und Lindsey Buckingham. Ihr selbstbetitelt Debütalbum erschien im August 2023 und wurde für seine warme Klangästhetik und minimalistische Instrumentie-



Minor Gold
So | 26.01.2025 | 20 Uhr

rung hoch gelobt. Das Album enthält Hits wie „Cannonball“. Der Hit wurde 2024 mit einem Queensland Music Award für den besten Folk-Song ausgezeichnet. Ihre Lieder kombinieren 70er-Jahre-Americana mit modernen Einflüssen und reichen von intimen Akustikstücken bis hin zu dynamischen, groovigen Tracks. Das Ticket kostet im Vorverkauf 18 Euro und an der Abendkasse 20 Euro. **Los geht's um 20 Uhr.** *pm*

Südtiroler stellt sein neues Album vor

Der Speicherverein freut sich sehr, am **Samstag, 8. Februar 2025, um 20 Uhr** seinen geschätzten und lieben Freund Dominik Plangger wieder im KULTurSPEICHER begrüßen zu dürfen. Er kommt mit seinem neuen Album „Limes“ ins Seebad.

Das siebte Studioalbum von Dominik Plangger vereint Vertrautes mit bisher unbekanntem Seiten des Singer-Songwriters. Zwölf Lieder erzählen von großen Gefühlen und scheinbar kleinen Alltagsmomenten, vom Heim- und Ankommen. Feste werden gefeiert und ein Stück Familiengeschichte enthüllt.

So vielfältig wie die Lieder ist auch die musikalische Umsetzung. Dominik Plangger bleibt seinen Wurzeln im Folk mit virtuosem Fingerpicking auf der Gitarre treu, wagt aber mit einer Vielzahl musikalischer Wegbe-


Reinhören


Dominik Plangger
Sa | 08.02.2025 | 20 Uhr

gleiter und Instrumenten auch ganz neue Klangwelten. „Limes“ erscheint auf Konstantin Weckers Label „Sturm und Klang“. Bei seinen Konzerten weiß der Südtiroler, sein Publikum nicht nur mit seiner kraftvoll-schönen Stimme zu fesseln, sondern auch mit Witz und Charme zu unterhalten.

Tickets sind im Vorverkauf für 18 Euro und an der Abendkasse für 20 Euro erhältlich.

pm
Reinhören


seine warme Klangästhetik und minimalistische Instrumentie-

Mehr Infos zu den Konzerten und anderen Veranstaltungen auf www.speicher-ueckermuende.de
Kartenvorbestellungen per Tel. 039771 54262 oder per Mail an info@speicher-ueckermuende.de

Buchen Sie jetzt Ihre individuelle kulinarische Stadtführung

Auch im Jahr 2025 stehen die kulinarischen Stadtführungen durch Ueckermünde wieder ganz im Zeichen des Genusses und der Vielfalt regionaler Spezialitäten. Auf dieser besonderen Reise durch die Altstadt erwarten die Besucher unvergessliche Geschmackserlebnisse – von herzhaftem Brot aus der Traditionsbäckerei Reichau über



frisch gebräutes Bier im Stadtkrug bis hin zu Fischdelikatessen und kreativen Manufakturprodukten der Region.

Herzogin Anna oder ihre Hofdame Zofia begleiten die Gäste auf dieser genussvollen Entdeckungsreise. Mit jedem Stopp lernen die Teilnehmer nicht nur die kulinarischen Highlights der Region kennen, sondern auch die



Mit Herzogin Anna durch die Ueckermünder Altstadt.

Foto: ZVG



Menschen, die mit Leidenschaft und Herzblut hinter den Produkten stehen. **Neben den beliebten öffentlichen Terminen können Vereine und Unternehmen in diesem Jahr ihre eigene individuelle kulinarische Stadtführung bu-**

chen. „Um die Termine mit den regionalen Anbietern optimal zu koordinieren, bitten wir um Anmeldungen bis **31. Januar 2025**“, sagt Tourismuschefin Uta Sommer. Interessenten können sich gern mit der Tourist-Info in Verbindung setzen und die Details besprechen. Die Teilnehmerzahl

sollte mindestens 20 betragen. Die Termine der öffentlichen kulinarischen Führungen erhalten Sie, sobald sie feststehen, direkt in der Ueckermünder Tourist-Info. Außerdem wird es in der Saison natürlich wieder zahlreiche andere Führungen durch die historische Altstadt geben. sw

ANZEIGE

stettinerhaff
Fast zu schön zum Weitersagen.

Tourist-Information Seebad Ueckermünde · Altes Bollwerk 9 · 17373 Ueckermünde · Tel. 039771 28484
info@ueckermuende.de · www.ueckermuende.de



**Ueckermünder
Tief- und Straßenbau GmbH**



Wir suchen Fachkräfte für den Tief- und Straßenbau.

Wir stellen ein!

- **Erfahrene Betonbauer**
- **Baumaschinenführer**
- **Gelernte Tiefbauarbeiter**
- **Bauingenieure**

Keine Montagearbeiten.
Arbeiten vor der Haustür.
Geregelte Arbeitszeiten.

Interesse?

Dann bewirb dich jetzt mit deinem Lebenslauf und deinen Zeugnissen, gern auch ohne Anschreiben.

Ueckermünder Tief- und Straßenbau GmbH

Rosenmühler Weg 15
17373 Ueckermünde

Tel: 039771 23282
Mail: info@uts-ueckermuende.de



www.uts-ueckermuende.de

ANZEIGE

Mit der FUER UNS um die Welt

Das Jahr 2024 im Rückblick

Und gewonnen hat: ENGLAND! Die FUER UNS-Redaktion gratuliert Johanna Kell aus Meiersberg zum **FUER UNS geht um die Welt-Foto 2024**. Das Los hat entschieden, dass ihr Bild das Gewinner-Foto des vergangenen Jahres ist. Anfang April besuchte Johanna das Alnwick Castle in Northumberland in England, gebaut im Jahr 1309. Dort ist dieses schöne Foto mit der FUER UNS entstanden. Einst lebte hier die Percy Family. Das Schloss ist heute noch bewohnt. Teilweise konnte man die Räumlichkeiten besichtigen. Harry-Potter-Fans erkennen bestimmt die Außenkulisse der ersten beiden Filme wieder, war sich Johanna, als sie uns schrieb, sicher.

Die Gewinnerin darf sich über eine kleine Überraschung freuen! Abzuholen ist sie nach Er-

scheinen dieser Ausgabe in der Redaktion / Bar Zur Zitterbacke.

Gern können Sie die FUER UNS - Das Original auch in diesem Jahr mit in den Urlaub nehmen. Wir veröffentlichen Ihre Fotos dann in einer der nächsten Ausgaben. Los geht's mit den ersten Bildern schon in dieser Ausgabe der FUER UNS (siehe Seite 24/25), die uns noch Ende 2024 erreichten. Wir möchten auch 2025 wieder eine Gewinnerin oder einen Gewinner ziehen. Ihre Fotos und ein paar Infos senden Sie einfach an info@haffmedia.de. Wir freuen uns auf Ihre Urlaubsbilder. Genauso wie unsere Leserinnen und Leser. So lernen sie wieder tolle Urlaubsziele auf dieser Welt kennen. *Von Uta Hertzfeldt*

**Foto
des
Jahres**



Fotos: privat

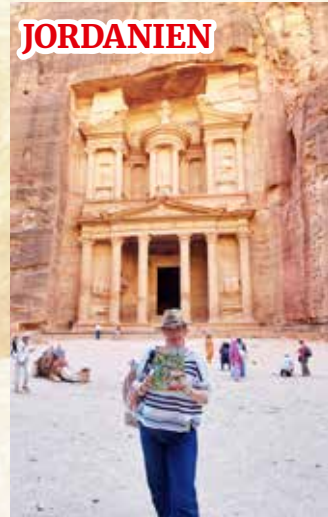




RUMÄNIEN



SCHWEDEN



JORDANIEN



BERLIN



SÜDAFRIKA



NAMIBIA



DRESDEN



USEDOM



PRAG



POLEN



POLEN



DONAU



BERLIN



POLEN



SÄCHSISCHE SCHWEIZ



DÄNEMARK



ÄGYPTEN



KREUZFAHRT



ENGLAND



KÜHLUNGSBORN



MALLORCA



HESSEN



NORWEGEN



NORWEGEN



DÄNEMARK



FRANKFURT AM MAIN

Altwarp präsentiert sich mit neuem Imagefilm



Scannen und Film anschauen!

Die Gemeinde Altwarp hat einen neuen Imagefilm – produziert vom Ueckermünder Medienunternehmen HAFF media. Tauchen Sie ein in die Schönheit des Fischerdorfes: Strände, Hafen, Fischereihandwerk, Gastronomie, Fährfahrten und die beeindruckenden Altwarper Binnendünen – all das und noch mehr erwartet Sie. Lassen Sie sich von den Bildern verzaubern und erleben Sie, was Altwarp so besonders macht. Ob für Urlauber, Naturfreunde oder alle, die das Meer lieben – dieser Film zeigt, warum ein Besuch sich lohnt! Einheimische wissen das sicher schon längst. Doch so lernen noch mehr Menschen außerhalb unserer Region den Ort kennen.

Sind Sie neugierig geworden? Dann scannen Sie einfach mit ihrem Handy den QR-Code auf dieser Seite und lassen Sie sich zeigen, was der Ort direkt am



Stettiner Haff für Einheimische und Urlauber alles zu bieten hat. Ein Abstecher in das Fischerdorf lohnt sich auf jeden Fall – egal, ob

für einen Tagesausflug oder einen längeren Aufenthalt.

Möchten auch Sie einen kurzen Imagefilm für Ihre Gemein-

de oder Ihr Unternehmen erstellen lassen, dann schreiben Sie gern eine Mail an info@haffmedia.de. hm

Jemand Trauriges im Wald

Paul und Marcha schauden am Morgen aus ihrem Fenster. Es schneite. Ein Rotkehlchen setzte sich auf das Fensterbrett und zwischerte ganz aufgeregt. Die Geschwister rannten aus dem Haus und folgten dem Rotkehlchen. Es flog und flog, bis in den Wald. Das Rotkehlchen flog auf einen Ast. Paul und Marcha sahen ein trauriges Pikachu. „Warum bist du so traurig Pikachu?“ fragte Paul. Das Pokemon antwortete: „Ich habe mich verlaufen und mir ist sooo kalt. Könnt ihr mir helfen?“ Die Geschwister nahmen es bei der Hand und nie gingen gemeinsam nach Hause. Dort war es schön warm.

Ein kreativer Wintergruß von Paul



Es war kurz vor Weihnachten, als ein großer Briefumschlag die Redaktion erreichte: „Für Emmas Tante – FUER UNS“ war in großen Buchstaben darauf zu lesen. Im Umschlag versteckt, kam diese schöne Wintergeschichte illustriert mit einer hübschen Zeichnung zum Vorschein. Geschrieben von Paul aus Liepgarten. Er besucht mit Emma zusammen – sie schrieb eine kleine Weihnachtsgeschichte für unser Dezember-Magazin – die Klasse 3 c der Ueckermünder Haff-Grundschule.

Und das ist noch nicht alles. Der junge Autor hat auch noch einen kleinen Steckbrief hinzugefügt, damit Sie, liebe Leserinnen und Leser, Paul noch etwas besser kennenlernen können. Darin hat der kreative Junge uns verraten, dass er gern Pokemon-Bücher liest und auch gern

Pokemon-Karten sammelt. Diese haben ihn wohl auch zu seiner kleinen Geschichte inspiriert.

Lieber Paul, die FUER UNS-Redaktion dankt dir ganz herzlich für deine kreative Post!

Und Emmas Tante – FUER UNS – hofft, dass du dich über diese Veröffentlichung freust. Unsere Leserinnen und Leser werden es ganz gewiss tun. uh





S-Versicherungsmanager fühlt sich an wie endlich erledigt.

Neues Jahr - neue Ordnung: Zettelchaos ade

Einfach und gut orientiert durch den Versicherungsdschungel. Einsehen, aufräumen und optimieren: Das ist das Motto des S-Versicherungsmanagers.

Die neue Versicherungsplattform in der Sparkassen-Finanzgruppe bietet Ihnen einen transparenten und einfach verständlichen Überblick über Ihre Versicherungs- und Vorsorge-situation.

Versicherungslücken lassen sich über unser digitales Tool sofort erkennen und mit passenden Policen simpel optimieren. Mit wenigen Klicks sind Sie so bedarfsgerecht abgesichert.

Benötigen Sie Hilfe dabei? Die Beraterinnen und Berater der Sparkasse Uecker-Randow helfen Ihnen gerne bei der Erfassung, Überprüfung und Verwaltung Ihres Versicherungsschutzes mit dem Sparkassen-Versicherungsmanager.

Der S-Versicherungsmanager:

- ✓ bringt Ordnung und einen Überblick über all ihre Versicherungen.
- ✓ erstellt eine Bedarfsanalyse für Ihre jetzige Lebenssituation.
- ✓ zeigt bessere Lösungen und Tarife.
- ✓ ist ein guter digitaler Ordner, mit dem Sie alles im Blick haben.

 Sparkasse
Uecker-Randow

Vereinbaren Sie einfach einen Termin über die Direktfiliale unter der
Telefonnummer 03973 434-0 | Montag bis Freitag: 09:00 - 18:00 Uhr

20 Jahre Heimat- und Burgverein Löcknitz: Wie alles begann

Während der DDR-Zeit war die Burg zunehmend aus dem Bewusstsein der Löcknitzer Bevölkerung verschwunden. Das Areal der ehemaligen Kernburg wurde über die Jahrtausendwende hinaus privat genutzt und war der Öffentlichkeit nicht zugänglich. Als sichtbarster Ausdruck für das ungeliebte Erbe blieb der Bergfried mit seinen angeschlossenen Kellernanlagen sich selbst überlassen und verfiel zusehends. Auch das vorgelagerte Gebäude des ehemaligen Schlosses war seit 1958 unbewohnt und wurde im Jahre 1958 wegen Baufälligkeit bis auf die Kellernanlagen gesprengt.

Erst 1996 gründete sich der „Förderverein Burgfried Löcknitz e. V.“, um die Rettung des vom Verfall bedrohten Bergfrieds möglich zu machen – unterstützt durch die damalige Bürgermeisterin Brunhilde Zeiger, der Kommunalgemeinschaft Europaregion POMERANIA e. V., des Arbeitsamtes Neubrandenburg und des



Landesamtes für Kultur und Denkmalpflege Mecklenburg-Vorpommern.

Durch die nun beginnenden Baumaßnahmen auf dem Burggelände rückte die Burg wieder in das öffentliche Interesse, so dass die Gemeinde Löcknitz nach einer Gesamtlösung für die Burganlage suchte und ein Nutzungskonzept in Auftrag gab.

Die Erneuerungsphase dauerte 20 Jahre: Was heute wie selbstverständlich klingt, ist einem gesellschaftlichen Wandel geschuldet, der erst nach der Wiedervereinigung beider deutscher Staaten möglich wurde.

Im Januar 2005 wurde der Nachfolger des Fördervereins – der Heimat- und Burgverein Löcknitz e. V. – gegründet. Seine Hauptaufgaben bestehen darin:

- Das historische Erbe zu schützen, zu fördern und die Burganlage als kulturelles Zentrum für Einheimische und Gäste erlebbar zu machen. Diesen Satzungszweck erfüllt der Verein mit einem ganzjährigen Veranstaltungsangebot und einer im Jahre 2022 eingerichteten Burg-Galerie.

- Die Heimatkunde, den Denkmalschutz und den Naturschutz zu fördern. In einem Projekt mit der Regionalen Schule Löcknitz entstand 2023 eine HEIMATSTUBE (weitere Projekte folgen).

Mit der Herausgabe eines Sonderdruckes „Burg und Festung Löcknitz“ und dem

Nachdruck des Teil 1 der Löcknitzer Chronik schließt der Verein eine Lücke in der Dokumentation zur Geschichte der Burg und des Ortes Löcknitz.

Der Verein dankt seinen Förderern:

der Gemeinde Löcknitz, dem Heimatverband MV, dem Künstlerbund MV, dem Landkreis Vorpommern-Greifswald, der Sparkasse Uecker-Randow, der Deutschen Ehrenamtsstiftung und den vielen privaten Spendern sowie den regionalen Firmen für ihre finanzielle Unterstützung.

Übrigens: Der Sonderdruck und Chroniken sind in der Touristeninformation in der Burg erhältlich.

pm



Der Heimat- und Burgverein
Löcknitz e. V.

lädt ein

Schlossstr. 2d · 17321 Löcknitz
post@burgverein-loecknitz.de

ANZEIGE



Genießen!

Freut Euch auf frisch zubereitete **Bagel** (vegetarisch, vegan, mit Fleisch, glutenfrei) belgische **Waffeln** · Kuchen · ein leckeres Frühstück **Kaffee** · Milchshakes · Kaltgetränke · **Cocktails**



Shoppen!

- eigene **Ueckermünder Kollektion** vom Wohlfühleck (aus Biobaumwolle)
- zahlreiche Dekoartikel

Wohlfühleck
UECKERMÜNDE

Di - Fr: 09 - 18 Uhr
Sa: 10 - 18 Uhr | So: 10 - 13 Uhr

Ueckerstraße 88 · Tel. 039771 815287 · wohlfueleckueckermuende@web.de

ANZEIGEN

Zitterbacke Bar

im Herzen der Ueckermünder Altstadt

Guinness vom Fass
Whisky | Gin

Mojito | Caipi | Aperol und Co.


Genießen Sie den Moment mit guten Freunden
in unserer gemütlichen Bar!

Öffnungszeiten
Mittwoch bis Samstag
ab 18 Uhr

Ueckerstraße 109
(Eingang Bergstraße)
17373 Ueckermünde



Am eigenen Glück arbeiten

 Schwein muss man haben – so wird in Deutschland das Glück bezeichnet. In Polen sagt man umgangssprachlich „einen Fuchs haben“. Man nutzt dafür aber kein polnisches Äquivalent zum deutschen Wort (also „lis“), sondern die zwar polnisch deklinierte, aber immerhin deutsche Bezeichnung – Fuchs. Ob mithilfe eines Schweins, eines Fuchses oder eines Siebenpunkt-Marienkäfers, um Neujahr wünsche ich allen FUER UNS-Fans viel Glück. Und das ist auch mein Grundvorschlag für dieses Jahr – am eigenen Glück zu arbeiten. Ein Unglück kommt selten allein, so kommt das Glück auch selten von ganz allein vorbei. Mehr Vorsätze sind aber bei mir nicht geplant.

Anfang des Jahres schmiedet man viele Pläne, will im Leben viel ändern. Da es jedes Jahr oft die gleichen Vorsätze sind, lassen die sich also selten bis zum Ende umsetzen. Andererseits sollte man die Kräfte an den Absichten messen. Sich also theoretisch ehrgeizige Ziele setzen und danach hoch motiviert streben. So wird man immer die Kraft finden, sie zu erreichen. Um nicht enttäuscht zu sein und vielleicht einfach glücklich zu sein, könnte man andererseits jedoch auch auf den eigenen Bauch hören und das Leben einfach genießen. Sich nicht ständig unter Druck setzen, weil man etwas erreichen muss, etwas oder jemand eigentlich nicht ist. Gäbe es eine solche Olympiakategorie, würden die Polen Weltmeister sein. Man muss aber nicht so hart zu sich selbst sein. Es ist ok, wenn man auch mal scheitert. Ich habe das Gefühl, dass die Deutschen damit viel lockerer umgehen können.

Nichtsdestotrotz würde ich Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, gern einen umsetzbaren Neujahrsvorsatz mit auf den Weg geben wollen. Besuchen Sie mal Stettin. Aber so richtig besuchen. Bestimmt sind einige von Ihnen schon zu früheren Zeiten in Stettin gewesen und können sich an einige Orte und Plätze erinnern. Schauen Sie mal,



wie sich die Stadt verändert hat. Ich bin neulich durch Stettin gelaufen und konnte vieles nicht mehr erkennen. Obwohl diese Stadt die Hälfte meines Lebens meine Heimat war. In den letzten zig Jahren hat sich die Stadt enorm positiv verändert. Einiges ist aber aus meiner Sicht auch in die falsche Richtung gegangen. Die Innenstadt wurde u. a. jahrelang voll zugestampft. Nun gibt es Initiativen und Proteste gegen die allgemeine Betonierung. In den Fußgängerzonen und aus den Bürgersteigen werden Pflaster herausgenommen und einzelne Bäume oder Büsche eingepflanzt. Die neuen Gebäude – wie das neue Marschallamt oder Hotels – haben Pflanzwände und -dächer und kleine Gärten in den Innenhöfen. Auf einmal sucht man dringend Platz für die Natur.


Das Pommersche Landesmuseum in Greifswald besitzt eine Menge Stettiner Aufnahmen und Bilder aus Vorkriegszeiten, die man in sozialen Medien einsehen kann. Dazu zählen alte prächtige Bauwerke, unbebaute freie Flächen und breite Gassen mit schicken Straßenlaternen.

Trotzdem empfehle ich, die Stadt zu besuchen, im Stadtpark auf der Bank die Sonne zu genießen und versteckt hinter der Sonnenbrille die Menschen zu beobachten. Manchmal ist es schön, die Heimat als Touristin neu zu entdecken. Versuchen Sie auch mal unsere UER-Region mit anderen Augen zu sehen, um am eigenen Glück zu arbeiten.

Eure Agata Furmann-Böttcher, gebürtige Polin, die seit vielen Jahren in UER lebt und arbeitet

Popracujcie nad własnym szczęściem

dla siebie aż tak surowym. Czasem można przecież ponieść porażkę. Mam wrażenie, że Niemcy podchodzą do tego o wiele bardziej na luzie. Niemniej jednak, chciałabym wam chętnie dać na drogę, drodzy czytelnicy, jedno możliwe do zrealizowania noworoczne postanowienie. Odwiedźcie Szczecin. Ale tak porządnie odwiedźcie. Niektórzy z Was na pewno byli już w przeszłości w Szczecinie i możecie sobie przypomnieć niektóre miejsca i place. Spójrzcie jak to miasto się zmieniło. Ostatnio szłam po Szczecinie i wiele nie mogłam już rozpoznać. Mimo że przez połowę mojego życia to miasto było moim domem. W ostatnich kilkudziesięciu latach Szczecin przeszedł ogromne pozytywne zmiany. Choć moim zdaniem niektóre poszły w złym kierunku. Śródmieście przez lata zostało zabetonowane. Obecnie podejmowane są inicjatywy i protesty przeciwko ogólnej betonozie. Na deptakach i

 Świnię trzeba mieć - tak określa się szczęście w Niemczech. W Polsce potocznie mówi się „mieć fuksa“. Nie używa się jednak polskiego odpowiednika niemieckiego słowa (tj. lis), ale odmienionego przez przypadki, ale wciąż niemieckiego określenia - Fuchs.

Czy to z pomocą świni, lisa czy siedmiokropkowej biedronki, życząc wszystkim fanom FUER UNS dużo szczęścia w Nowym Roku. I to jest też moje podstawowe postanowienie na ten rok - praca nad własnym szczęściem. Nieszczęścia często chodzą parami, więc i szczęście rzadko przychodzi samo z siebie.

Więcej postanowień nie planuje. Na początku roku robimy wiele planów i chcemy wiele zmienić w swoim życiu. Ponieważ co roku często podejmowane są te same postanowienia, rzadko udaje się je do końca dotrzymać. Z drugiej strony należy mierzyć siły na zamiary. Teoretycznie wyznaczyć sobie ambitne cele i z dużą motywacją dążyć do ich zrealizowania. Tak zawsze znajdzie się siłę, by je osiągnąć. Z drugiej strony, aby nie być rozczarowanym i być może po prostu szczęśliwym, można również posłuchać swojej intuicji i po prostu cieszyć się życiem. Nie poddawać się ciągłej presji, ponieważ trzeba coś osiągnąć, być kimś lub czymś, kim w rzeczywistości się nie jest. Gdyby istniała taka kategoria olimpijska, Polacy byłiby mistrzami świata. Ale nie trzeba być

chodnikach usuwana jest nawierzchnia i sadzone są pojedyncze drzewa lub krzewy. Nowe budynki, takie jak Urząd Marszałkowski i hotele mają obsadzone roślinami ściany i dachy oraz małe patia. Nagle pilnie szukane jest miejsce dla przyrody.

Pomorskie Muzeum Krajowe w Greifswaldzie posiada wiele przedwojennych fotografii i zdjęć Szczecina, które można oglądać w mediach społecznościowych. Obejmują one wspaniałe stare budynki, niezabudowane otwarte przestrzenie i szerokie alejki z eleganckimi latarniami ulicznymi.

Mimo wszystko polecam odwiedzić to miasto, cieszyć się słońcem na ławce w Parku Kasprowicza i obserwować ludzi, ukrytym za okularami przeciwsłonecznymi. Czasami miło jest odkryć swoją ojczyznę na nowo, niczym turysta. Spróbujcie również spojrzeć na nasz region UER innymi oczami, aby tym samym popracować nad własnym szczęściem.

Wasza Agata Furmann-Böttcher, Polka od lat mieszkająca i pracująca w UER

NEU



Scannen und hören!
Lassen Sie sich den polnischen Text von der Autorin vorlesen.

Moderne Gestaltung

Optimiert für verschiedene
Endgeräte wie Handy, Tablet

Individuelle Gestaltung

Domainregistrierung und Hosting

ab 5€/Monat möglich

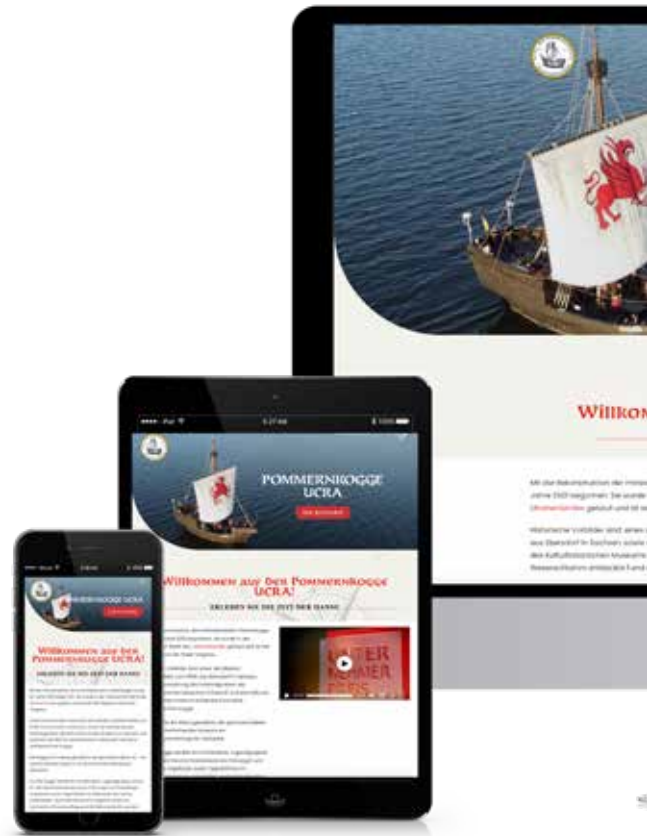
Modernes CMS: Wordpress

Beachtung der
Datenschutzgrundverordnung
(DSGVO)

Website-Monitoring / Updates

**Ihre eigene Homepage
schon ab 499 €**

**Ihr Ansprechpartner
vor Ort**



Unsere Referenzen aus der UER-Region

Friseur und Kosmetik Elegant eG
www.elegant-am-haff.de

Rohe & Kollegen
www.rohe-kollegen.de

Restaurant & Pizzeria Bella Italia
www.bella-italia-ueckermuende.de

Bäckerei Reichau
www.baekerei-reichau.de

Volkssolidarität Uecker-Randow
www.vs-uer.de

BeautyStore Anne Genz
www.beautystoreamhaff.de

Pension Peters
www.pension-peters.de

Ferienwohnung Achterdeck Ueckermünde
www.achterdeck-haff.de

und viele mehr ...





www.pommernkogge-ucra.de

- Erfahren Sie mehr über den historischen Nachbau.
- Buchen Sie direkt über die Internetseite Ihr Segelabenteuer!



Aktuelle News, eindrucksvolle Bilder und alle Infos rund um die Pommernkogge UCRA!



Wir bringen Sie ins Netz!

#persönlich #erfahren #regional

Von der Anmeldung einer Domain bis zum Design einer kompletten Homepage - wir gestalten Ihren Auftritt im Internet!



Die FUER UNS geht um die Welt

Auf in ein neues Reisejahr!

In den Oktoberferien 2024 erfüllte sich ein Traum dieser Eggesiner Patchwork-Familie. Sie reiste für fünf Tage nach London und besuchte die Warner Bros. Studios mit einer fantastischen Tour: „The Making of Harry Potter“.

Ein riesiges Highlight war zudem das Fußballspiel der deutschen Nationalmannschaft der Frauen gegen die Frauenmannschaft aus England, was die Reisenden live im Wembley-Stadion ansehen durften. Es fielen viele Tore. Und die Deutschen gewannen.

Es waren tolle Tage in London, vor allem für die Kinder, schrieb uns Kristine Krenz. Und eines weiß die Familie aus der Uecker-Randow-Region genau: „Wir waren bestimmt nicht das letzte Mal in London. Denn es gibt dort noch so viel mehr zu entdecken.“ Wir bedanken uns bei der Familie, dass sie die FUER UNS im Reisegepäck hatte.

hm



Fotos: privat



Ein schönes Foto schickten uns diese Reiselustigen aus der UER-Region. Entstanden ist es im Adlon Hotel in Berlin. Die Reisenden besuchten die Hauptstadt mit dem Ueckermünder Busunternehmen Pommern Tourist. Mit im Bus hatten sie die FUER UNS. Anlass der Reise war der Mauerfall, der sich im vergangenen November zum 35. Mal jährte und von der Hauptstadt gefeiert wurde.

hm



Insgesamt 4,5 Wochen waren Matthias Bröse und Antje Sachse nach der Saison bei Uwes Bootsverleih in Ueckermünde unterwegs. Ihr Weg führte sie in ihrem Camper über Polen, Tschechien, die Slowakei, Ungarn, Rumänien, am Eisernen Tor nach Serbien, dann in den Kosovo, durch die Albanischen Alpen ans Meer in Nordalbanien.

Dort mussten sie sogar Interviews für das Albanische Fernsehen geben, wie sie uns schrieben. Sie reisten durchs Inland und dann an die Albanische Riviera, machten einen kurzen Stopp in Griechenland, fuhren mit der Fähre nach Italien und haben sich dann die Adriaküste „hochgearbeitet“. Sie trafen sich mit der Bootsverleih-Crew aus der Heimat am Gardasee. Zusammen haben sie dort sechs Tage Urlaub gemacht. Von dort aus ging's schließlich wieder nach Hause. Auf ihrer Tour dabei hatten sie wiederholt die FUER UNS und schickten uns diese tollen Fotos mit dem Regionalmagazin aus der Heimat. Danke schön!

hm

Ende November erreichte uns eine Mail mit folgendem Inhalt: Oma Ruth ist 84 Jahre alt und ihr Herzenswunsch war es, einmal mit einem großem Schiff zu reisen. Also haben Enkelin Susi und ihr Mann Marcel ihr den Wunsch erfüllt. Denn im Oktober legten die drei mit der AIDamar von Warnemünde aus ab.

Schon Wochen vorher gab es zuhause nur noch ein Thema, verriet uns Enkelin Susi. Was muss eingepackt werden? Und schafft sie das alles? Diese Fragen beschäftigten Oma Ruth. Die Aufregung war für die 84-Jährige kaum auszuhalten. Von Warnemünde ging's schließlich nach Schweden, in die schwedische Hauptstadt Stockholm, dann nach Visby und wieder nach Warnemünde.

Insgesamt fünf Tage waren die drei Abenteurer unterwegs. Mit an Bord die FUER UNS. Kann Oma Ruth zwar zuhause kaum laufen, so besuchte sie auf dem Schiff die Cocktailbar, Veranstaltungen und war natürlich beim Bingo dabei. Selbst mit dem Bus in die Stadt Stockholm hat Oma



Stockholm

Ruth es geschafft. Dort entstand auch das Foto von den drei Reisenden. Im Park schlief Oma Ruth schließlich auf ihrem Rollator ein – und zwar vor Freude, wie uns Enkelin Susi schrieb. „Noch heu-

te schwärmt Oma davon und ich glaube, so etwas Aufregendes hat sie noch nie in ihrem Leben erlebt. Ich würde mich sehr freuen, wenn Oma es in die FUER UNS schafft.“ Wie sie sehen, liebe

Leserinnen und Leser, Oma Ruth hat es locker in das Regionalmagazin geschafft. Vielen Dank für die schönen Bilder und die zu Herzen gehende kleine Geschichte. hm



Polen

Udo Lehmann, Gabriele Salopiata, Angela Hoffmann und Rudi Eggert waren wieder einmal mit Jakob Kleinbusreisen aus Ueckermünde unterwegs – dieses Mal besuchten sie den Weihnachtsmarkt in Poznan (Polen). Die Reise war wieder sehr gut organisiert, lobten die Mitfahrenden, die natürlich nicht ohne die FUER UNS die UER-Region verlassen haben und dieses tolle Foto an die Redaktion schickten. hm



Gran Canaria

Diese Frauen vom Ueckermünder Turnverein besuchten Ende November/Anfang Dezember das Blume-Festival auf Gran Canaria. Es steht unter dem Motto: „Verbinde TURNEN mit Aktiv-Urlaub!“ Das haben die Frauen getan und dabei nicht vergessen, mit dem Regionalmagazin aus der Heimat in die Kamera zu lächeln. In jedem Jahr ist es dort auch etwas ganz Besonderes, dem Weihnachtsmann in T-Shirt und mit kurzer Hose zu begegnen. Denn die „Insel des ewigen Frühlings“ ist in diesen Monaten ebenfalls weihnachtlich dekoriert. hm

Nein sagen

Ein Gedicht

von FUER UNS-Redakteurin
Uta Hertzfeldt

Ich sage NEIN, ganz einfach NEIN,
dieses Wort so stark und klein.
Es hat Gewicht, ist Position,
doch auf meinen Lippen ist Endstation.
Die Buchstaben, sie wollen nicht raus,
am Ende wird ein fixes Ja draus.

Ja ist kürzer und schneller gesagt,
das NEIN habe ich wieder mal vertagt.
Verflixt, das muss doch irgendwie gehen,
ich muss dem NEIN in die Augen sehen.
Oder reicht auch erst mal ein Vielleicht,
das sich galant aus meinem Mund schleicht?

NEIN, ein Vielleicht geht nicht,
es trübt viel eher die Sicht.
Ich sage klar NEIN zu dem, was ich nicht will,
in meinem Kopf wird ´s plötzlich ganz still.
Die Vorstellung ist befreiend und irgendwie charmant,
in mir scheint ein Glücksgefühl entbrannt.

Es ist Zeit, es ist Leben,
ein NEIN scheint manchmal wie ein Segen.
Zu viele Jas, wenn ´s den Plural gibt,
schieben Hektik ins heimische Gebiet.
Wie ferngesteuert hetzt man herum,
der Geist wird müde und stumm.

Ich umgebe mich mit Menschen, die ich mag,
brauche Energie für den Tag.
Nicht irgendwelche, NEIN,
es soll ein positives Gefühl sein.
Ich will keine schlechte Stimmung, keinen Streit,
deshalb sage ich ganz einfach auch mal: NEIN!



Scannen und hören!

Lassen Sie sich
das Gedicht von der
Autorin vorlesen.

Kokos-Zitronenkuchen

Ein frischer Genuss zum Jahresanfang

Neu es Jahr, neues Rezept, das hat sich zumindest FUER UNS-Backfee Veronika Menzl gedacht. So präsentiert sie den FUER UNS-Leserinnen und Lesern in der ersten Ausgabe des Jahres 2025 einen Kokos-Zitronenkuchen. „Diesen Kuchen habe ich zum ersten Mal gebacken“, sagt sie. Sie wollte alle Hobbybäckerinnen und Hobbybäcker mit einer frischen und leichten Köstlichkeit ins neue

Jahr schicken. Sicher genau das richtige nach der Zeit des deftigen Entenbratens, der in den letzten Wochen wohl vermehrt auf Vorpommerns Festtagstafeln stand. Vorbei nun also die Zeit des Schlemmens.

Wollen Sie aber trotzdem nicht auf Ihren Kuchen am Wochenende verzichten, dann verwöhnen Sie Ihre Lieben gern mit diesem Kuchen, der durch die Frische der Zitrone und seinen angenehmen – nicht aufdringlichen – Kokosgeschmack überzeugt. Seine Optik erinnert an eine von Schnee überzogene Winterlandschaft.

Also, unbedingt nachbacken! Schicken Sie uns gern auch wieder ein Feedback und ein Foto von Ihrem Backergebnis an info@haffmedia.de.

Von Uta Hertzfeldt



Veronika Menzl präsentiert ihren Kokos-Zitronenkuchen.

Fotos: U. Hertzfeldt (2) / pixabay (3)



ZUTATEN

Für den Rührteig

- 300 g Mehl
- 1 Pck. Backpulver
- 1 EL Speisestärke
- 100 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 200 ml Kokosmilch
- 1 Zitrone (Bio)
- 100 ml neutrales Öl



Für das Topping

- 100 g Puderzucker
- 1 Zitrone (Bio)
- 1 EL Kokosnuss-Chips
- Silikon-Kastenform (25 x 11 cm) mit kaltem Wasser ausschwenken, nicht abtrocknen. Backofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad) vorheizen
- Der Kuchen ergibt ca. 15 Stücke.



ZUBEREITUNG

- Mehl mit Backpulver, Stärke, Zucker und Salz in einer Schüssel mischen.
- 1 Zitrone heiß abwaschen, trocken tupfen und die Schale fein abreiben. Zitrusfrucht auspressen.
- Abrieb und Saft zusammen mit Kokosmilch und Öl zu den trockenen Zutaten geben und 2 Min. glatt rühren.
- Teig in die Kastenform füllen und glatt streichen.
- Im unteren Ofen-Drittel ca. 45 Min. backen.
- Auf einem Kuchenrost im Backofen ca. 1 Std. abkühlen lassen.

Topping

- Die Zitrone heiß abwaschen, trocken tupfen und die Zesten herunterreißen oder mit einem Messer schneiden und beiseite legen.
- Die Zitrone auspressen. 2-3 EL des Saftes mit dem Puderzucker glatt rühren.
- Den übrigen Saft mit einem Pinsel auf die warme Kuchenoberfläche streichen.
- Zuvor den Kuchen mit einer Gabel einstechen.
- Kuchen vorsichtig aus der Form stürzen und auf eine Kuchenplatte setzen.
- Den Kuchen dann mit der Zitronen-Zuckerglasur besprenkeln und mit Kokoschips und Zesten garnieren.



Fotos: A.S.Lacoste, Ottfried Franke, Dr. H.Winter

Magische Bühnenmomente: Musical begeistert die Gäste

Was passiert, wenn ein Weihnachtsmann namens Ambrosius Schneeweiß beschließt, dass Weihnachten ins Wasser fallen soll? Die Antwort lieferte das Musical „Weihnachten fällt aus“ von Peter Schindler, das am 6. und 7. Dezember 2024 die Aula der Torgelower Grundschule in eine funkelnde Weihnachtswelt verwandelte. Nach einjähriger Vorbereitung setzte die Kreismusikschule Uecker-Randow ein echtes Highlight in Szene und schuf gleichzeitig ein fulminantes Finale für dieses großartige Projekt. Projektleiterin Kathleen Stage und Fördervereinsvorsitzender Harald Winter sowie das gesamte Team des Fördervereins der Kreismusikschule und der Musical-AG konnten mit dem großartigen Ergebnis überaus zufrieden sein.

Begeisterung auf und hinter der Bühne

Rund 60 Mitwirkende – ob auf der Bühne oder hinter den

Kulissen – machten die drei Vorstellungen vor rund 700 Gästen zu einem unvergesslichen Erlebnis. Musikschulchefin Christiane Krüger zeigte sich beeindruckt: „Alle haben ihr Bestes gegeben und sind über sich hinausgewachsen!“ Besonders die jungen Musikschüler, die erstmals Musical-Luft schnupperten, überraschten Woche für Woche mit ihren Fortschritten – musikalisch wie schauspielerisch.

Ein zauberhaftes Bühnenbild und starke Darsteller

Die Aula der Grundschule verwandelte sich in ein detailverliebtes Weihnachtsmann-Wohnzimmer, ein Engelsfoyer, einen stimmungsvollen Marktplatz und eine kleine Hütte. Hauptdarsteller Dr. Jörn Winter schlüpfte mit beeindruckender Bühnenpräsenz in die Rolle des Weihnachtsmanns, während ein himmlisches Ensemble von Engeln im Engelsfoyer dafür sorg-

te, dass Weihnachten doch noch gerettet wurde. Für die musikalische Begleitung sorgten ein eigens zusammengestelltes Orchester der Musikschule und der Kinderchor unter der souveränen Leitung von Jenny Stage. „Das Bühnenbild, die Kostüme und Requisiten waren eine Klasse für sich“, schwärmte Christiane Krüger und lobte die akribische Arbeit. Mit einer fantastischen Detailtreue schufen Kathleen Stage, Dr. Heidemarie Winter, Harald Winter, Doris Pieritz, Katrin Samuel, Diana Krüger und ihre Mitstreiter eine ganz besondere Atmosphäre.

Unermüdlicher Einsatz hinter den Kulissen

Auch hinter der Bühne herrschte reger Betrieb: Eltern, Mitglieder des Fördervereins und der Musical-AG sorgten als Umkleider, Beleuchter und Souffleusen dafür, dass alles reibungslos lief. Besonderer Dank gilt Alejandro Soto Lacoste, der als Tontechni-

ker mit seiner Expertise glänzte.

Ein Fest der Teamarbeit

Das Musical war mehr als eine Show – es war ein Gemeinschaftserfolg, der die Mitwirkenden wie auch das Publikum nachhaltig beeindruckte. „Nur wer dabei war, kann ermessen, welche Meister- und Teamleistung hier vollbracht wurde“, resümierte Musikschulleiterin Christiane Krüger.

Mit tosendem Applaus und begeisterten Gesichtern wurde klar: Weihnachten fiel nicht aus – im Gegenteil, es wurde mit Herzblut und Kreativität gefeiert.

Ein großer Dank geht an alle Unterstützer, darunter der Förderverein, der Parlamentarische Staatssekretär für Vorpommern, Heiko Miraß, die Stadt Torgelow, die Grundschule sowie zahlreiche Helfer und Förderer.

Und so bleibt dieses Musical in Torgelow sicher noch lange in Erinnerung.

pm/hm



Apotheken-Notdienst für Uecker-Randow



Adler-Apotheke Ueckermünde 039771 22672	14.01. / 20.01. / 26.01.
Viktoria-Apotheke Torgelow 03976 202001	2.01. / 8.01. / 21.01. 27.01.
Kronen-Apotheke Ferdinandshof 039778 2680	3.01. / 9.01. / 15.01. 28.01.
Greifen-Apotheke Torgelow 03976 201591	4.01. / 10.01. / 16.01. 22.01.
Marien-Apotheke Ueckermünde 039771 24475	5.01. / 11.01. / 17.01. 23.01. / 29.01.
Randow-Apotheke Eggesin 039779 21192	1.01. / 6.01. / 12.01. 18.01. / 24.01. / 30.01.
Hirsch-Apotheke Ueckermünde 039771 23666	7.01. / 13.01. / 19.01. 25.01. / 31.01.
Neue Apotheke am Markt Pasewalk 03973 20800	4.01. / 10.01. / 16.01. 22.01. / 28.01.
Eichen-Apotheke Pasewalk 03973 214071	1.01. / 5.01. / 11.01. 17.01. / 23.01. / 20.01.
Randow-Apotheke Löcknitz 039754 20309	2.01. / 8.01. / 14.01. 20.01. / 26.01.
Storch-Apotheke Pasewalk 03973 214373	6.01. / 12.01. / 18.01. 24.01. / 30.01.
Kreis-Apotheke Pasewalk 03973 210405	3.01. / 9.01. / 15.01. 21.01. / 27.01.
Delphin-Apotheke Löcknitz 039754 517861	7.01. / 13.01. / 19.01. 25.01. / 31.01.

Der Notdienst beginnt wochentags um 18 Uhr und endet um 8 Uhr. Samstags 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 Angaben sind ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten.

Eine satirische Kolumne von Ulrich Blume

Trass det Flecker

Die Renaissance der Denunzianten

Opa Willy ist bekannterweise der Überflieger, wenn es um die Entdeckung neuer Geschäftsideen geht, hinter denen er finanzielle Zugewinne in ungeahnten Dimensionen vermutet. Dazu studiert er beinahe stündlich die aktuell-politische Lage, aus deren Auswurf er direkt praktikable Ableitungen zieht, die er für seinen persönlichen Vorteil zu nutzen hofft.



Fotomontage: U. Blume

Erst im vergangenen Monat hat er mit seinem Gartenachbarn Erwin die GbR „Holzauge sei wachsam - Kummertal Nord“ beim Gewereregister angemeldet, nachdem ihm das Finanzamt die Anerkennung des Vorhabens als gemeinnützig untersagt hatte.

Hintergrund des geschäftlichen Vorhabens war offensichtlich die Debatte, dass sich mit dem Anzeigen von Beleidigungen, die das Potenzial für „Hass und Hetze“ in sich tragen, gutes Geld machen ließe, wie Willy aus aktuellen prominenten Fällen abgeleitet hatte. Und wenn da so ein Begriff wie „Schwachkopf“ schon ausreicht, um eine Hundertschaft Polizei mitten in der Nacht bei einem mutmaßlichen Täter einmarschieren zu lassen, würde der Umgangston im Dorf, der eine wesentlich kantigere Handschrift trägt, sicher auf eine Goldgrube hoffen lassen, wenn man es richtig anstellt.

Nicht bedacht hat er dabei, dass der entsprechende Gesetzesparagraph nur für Politiker und Amtsinhaber gilt, nicht aber für 2 Rentner, die nicht gerade als hellste Kerzen auf der Torte durchgehen. Da weder Erwin noch Willy über ein Smartphone verfügen, planten die beiden Raketenwissenschaftler also die Provokation analog, und zwar in der mit 34 Gästen voll besetzten Dorfkneipe, in der Willy lautstark verkündete, die Grünen wählen zu wollen und alle anderen als Putin-Trolle bezeichnete. Wie zu erwarten, gab es jetzt die erwünschte Flut von Kraftausdrücken und Erwin kam mit dem Bleistiftanspitzen gar nicht hinterher, als er die Wucht der verbalen Anfeindungen zu notieren versuchte. Dabei ging es wohl auch ziemlich krass unter die Gürtellinie. Und als Willy nicht aufhören wollte, immer noch eine weitere „Granate auf die Feuerstelle“ zu werfen und sich Erwin beim Notieren der Namen der

„Täter“ und deren Schimpfwörter-Tiraden noch auf einen Stuhl stellte, eskalierte die Situation völlig. Es endete mit fliegenden Biergläsern und schließlich mit Gaststättenverbot im „Wilden Ochsen“.

Bei der Auswertung der Aktion am Folgeabend an Opa Willys Küchentisch stellte sich dann heraus, dass es Erwin nicht einmal geschafft hatte, die entsprechenden Beleidigungen den betreffenden Namen zuzuordnen, weil er wie immer seine eigene Sauklau nicht entziffern konnte. Und dabei waren wirklich tolle Formulierungen dabei, die das Zeug hatten, Staatsanwälte und Gerichte gleich für mehrere Monate in Lohn und Brot zu halten. Von „Stasi-Spitzel“ über „Anscheißer-Mob“ bis hin zu „dämliche Kack-Bratze“ war so ziemlich alles dabei.

Aber ja, die Polizeidienststelle im Landkreis nahm die Anzeige erst gar nicht entgegen und die angeschriebene Staatsanwaltschaft drohte mit gerichtlichen Maßnahmen wegen groben Unfugs und Verunglimpfung der Justiz.

Und dabei hatten Willy und Erwin schon den Börsengang im geistigen Auge.

„Hätte-hätte-Menschenkette“! Es hat nicht sollen sein. Erwin schläft jetzt in der Garage, weil seine Frau im Lidl nicht mehr bedient wird und Opa Willy muss jeden Tag die angesprühten Hasstiraden vom Gartenzaun mit Nitroverdünnung abweihen.

Aber so schnell geben die beiden nicht auf. Ihr nächstes Projekt ist bereits in Arbeit. Sie sind jetzt landesweit mit dem Moped unterwegs, um Kneipe für Kneipe in einer Studie zu prüfen, wer noch das „Zigeunerschnitzel“ auf der Karte hat. Dafür hat sich Erwin jetzt extra ein gebrauchtes Tablet von Apple bei Amazon gekauft.

Das kann zwar keiner von beiden bedienen, aber: Es macht Eindruck!

Perfektion aus Leidenschaft

Maßgeschneiderte Küchen vom Spezialisten

MIT ABSTAND DIE BESTE PLANUNG!



KÜCHEN-CENTER

Wir sind Mitglied der führenden Gemeinschaft für Küchenspezialisten in Europa: www.derkreis.de

Woldegker Chaussee 7 · 17098 Friedland · Tel.: 039601/2810

www.kuechen-center-friedland.de

„Kein Grund, gleich so rumzuschreien“

Michael Schmals Buchtipps im Januar

Liebe Leserinnen und Leser, an dieser Stelle möchte ich Ihnen noch ein frohes und gesundes neues Jahr wünschen. Ich glaube, wir haben in diesen Tagen alle gemeinsam besonders einen Wunsch: Frieden auf der Welt! Denn wenn der weiterhin in einem nicht gekannten Maß gefährdet ist, dann wird unsere Zukunft eher einem Höllenschlund ähneln. Also geben wir uns allen die Weisheit, das nie zu vergessen und unsere Stimmen dagegen zu erheben.

Aber trotzdem sollten wir versuchen, unser Leben positiv zu sehen, ohne dabei die wesentlichen Probleme aus den Augen zu verlieren. Denn geht der Spaß am Leben verloren, dann wird das alles, was wir tun, in irgendeiner Weise beeinflussen.

Passend zum Thema gibt es ein wunderbares Buch. **„Alle sind so ernst geworden“ von Martin Suter und Benjamin von Stuckrad-Barre.** Wenn Ihnen der Humor wirklich mal abhandgekommen ist, hier die dringende literarische Erste Hilfe. Katja Riemann hat es getestet und schreibt: „Wenn ich zukünftig bekümmert und ratlos bin, werde ich Kapitel dieses Buches lesen, um laut zu lachen und an diesen funkelnden und eloquenten Gesprächen teilzunehmen.“ Die beiden Autoren unterhalten sich über: Badehosen, Glitzer, Hochzeiten, LSD, Teufel, Gott, Madonna und andere unvermeidliche Themen des Lebens. Zwei vollkommen unterschiedliche Charaktere, die dennoch immer wieder eine Art roten Faden finden, der sich durch das ganze Buch zieht. Alleine die erste „Kennenlerngeschichte“ ist einfach irre. Hochsommer in einem Hotel an der Ostsee, beide treffen nur mit einer Badehose bekleidet (Suter mit einer orangefarbenen) aufeinander. Ein gehöriges „Kennenlernhandicap“ wird da souverän gemeistert.

Ob das unseren Politikern vielleicht bei der Erfüllung ihrer Aufgaben behilflich sein könnte? Lanz am Strand – die neue Sendung im ZDF. Vielleicht wäre das



Michael Schmal präsentiert passend zum Thema schon mal die sommerliche Kollektion vom Ueckermünder Wohlfühlleck! Foto: U. Hertzfeldt

Palavern in Badehose mal ein Stilbruch, der unter Umständen zu schnelleren Ergebnissen im Politik-Rummel führen könnte.

Vorher könnten alle Beteiligten **„Nackt duschen – streng verboten: Die verrücktesten Gesetze der Welt“ von Roman Leuthner** lesen. Ganz nebenher könnte bei deutscher Paragrafenwut der Amtsschimmel gleich mit der alten Dreiecksbadehose zum Teufel gewünscht werden. Schlimmer geht immer, scheint in diesem Buch Leitsatz zu sein. Dabei von Freunden zu lernen, kann nicht schaden, denn andere Länder, andere Sitten. Verrückte Gesetze aus aller Welt, von in Florida ist es verboten, nackt zu duschen, bis nach Usbekistan, wo man aus moralischen Gründen kein Billard spielen darf. Von „amüsant“ bis „unglaublich“ über „gar nicht mal so blöd“ darf sich der Leser in der Fundgrube juristischer Kreativität auf einiges gefasst machen.

Es tut mir leid, aber die nackten Tatsachen lassen mich heute nicht los. In **Matt Haigs Roman „Ich und die Menschen“** wird in einer regnerischen Freitagnacht Andrew Martin, Professor für Mathematik in Cambridge, aufgegriffen, als er nackt eine Autobahn entlangwandert. Der Professor ist nicht mehr er selbst. Ein Wesen mit überlegener Intelligenz von einem weit entfernten Stern

hat von ihm Besitz ergriffen. Dieser neue Andrew ist nicht begeistert von seiner neuen Existenz. Er hat eine denkbar (wie verwunderlich) negative Meinung von den Menschen. Jeder weiß schließlich, dass sie zu Egoismus, übermäßigem Ehrgeiz und Gewalttätigkeit neigen. Doch andererseits: Kann eine Lebensform, die Dinge wie Weißwein und Erdnussbutter erfunden

hat, wirklich grundschlecht und böse sein? Matt Haigs „Ich und die Menschen“ ist für mich eine wirkliche Liebeserklärung an uns Menschen – eingeschlossen all unsere Fehler, Macken und den vielen anderen Dingen, die uns menschlich machen. 1950 geschrieben und 2025 immer noch sehr aktuell.

Jetzt ein Abstecher in die Abteilung Jugendbücher. **„Die drei ??? – Kids“** das verrückteste Buch aller Zeiten von **Ulf Blanck.** Justus, Peter und Bob sind beste Freunde und Detektive! Zusammen haben die drei ??? schon viele knifflige Fälle gelöst. Onkel Titus hat den Auftrag, das ehemalige Crazy-Erlebnis-Center von Rocky Beach zu entrümpeln. Eigentlich wollte der verstorbene Besitzer sein Areal einer Kinderorganisation stiften, doch seltsamerweise ist das Testament verschwunden. Justus, Peter und Bob lässt das Rätsel keine Ruhe und eine turbulente Jagd beginnt. Ständig entdecken die drei Freunde etwas total Verrücktes, übrigens jede zweite Doppelseite des Buches ist verschlossen. Nur die Mutigsten lesen weiter – bis zum ebenfalls völlig verrückten Ende.

Es gibt einen Hirnforscher und Autor, den ich persönlich sehr verehere und hier gerne empfehle. **Gerald Hüthers „Würde: Was**

uns stark macht - als Einzelne und als Gesellschaft“. Ein herausforderndes und nachdenklich machendes Buch. Wir alle wollen in Würde sterben, aber sollten wir nicht erst einmal in Würde leben? Bei der Beantwortung dieser Frage kommt man nicht umhin, hinter die Kulissen unserer Gesellschaft zu schauen. Was genau ist Würde? Was bedeutet es, wenn uns die Würde, weil wir in der digitalen Welt nur noch als Datensatz zählen, genommen wird. Wenn wir uns selbst würdelos verhalten oder andere entwürdigen? Gerald Hüther zeigt in seinem Buch, dass Würde nicht alleine ein ethisch-philosophisch begründetes Menschenrecht ist. Sie dient uns auch als ein neurobiologisch innerer Kompass, der uns in die Lage versetzt, uns in der Vielfalt der äußeren Anforderungen und Zwänge in der hochkomplexen Welt nicht zu verlieren. Hier lesen Sie ein Buch mit vielen Fragen und den dazugehörigen Antworten. Eine Lesermeinung hat Folgendes zum Inhalt und führt unmittelbar zum Titel meiner letzten Empfehlung. „Einziges Makel: der Mensch stammt NICHT vom Affen ab! Genau diese primitive Vorstellung ist das Gegenteil von Würde. Warum hält man an einer falschen Behauptung fest, wenn man diese bis heute nicht wissenschaftlich belegen kann?“ Wie entwickelt sich hier ein Gespräch?

Noch einmal zu den beiden Herren vom Anfang. Viele Menschen dieses Landes haben ein Problem. Die Kommunikationskultur ist im ... , Entschuldigung, liegt im Argen. Die Lösung heißt: **„Kein Grund, gleich so rumzuschreien“ von Suter und Stuckrad-Barre.** Nahe Familienmitglieder sterben, der Welt geht es auch nicht so gut, das letzte Glas Alkohol wird getrunken, die letzte Zigarette geraucht und unsere Nerven liegen blank. Entspannen Sie, einmal tief Luft holen und weiter geht's.

Ihr Michael Schmal

*Buchbeschreibungen sind den jeweiligen Verlagsinfos entnommen.

Das FUER UNS-Rätsel

Jetzt zwei Kabarett-Karten gewinnen!

Natürlich darf auch in unserer Januar-Ausgabe fleißig gerätselt werden. Für Kenner dieser Region und Leser der FUER UNS ist dies sicherlich ein Kinderspiel. Denn wer aufmerksam die Seiten des Regionalmagazins gelesen hat, findet schnell die Antworten. Dieses Mal darf sich der Gewinner über zwei Freikarten für das

Kabarett WENN JA DANN NEIN ANSONSTEN NICHT mit Michael Ranz freuen. **Das Kabarett wird am 12. und 13. Februar 2025 um 19.30 Uhr im Torgelower Ueckersaal aufgeführt. Der Gewinner kann sich auf zwei Tickets für den 12. Februar freuen.** Sponsiert werden die Karten von der Stadt Torgelow. Möchten Sie der Glückspilz

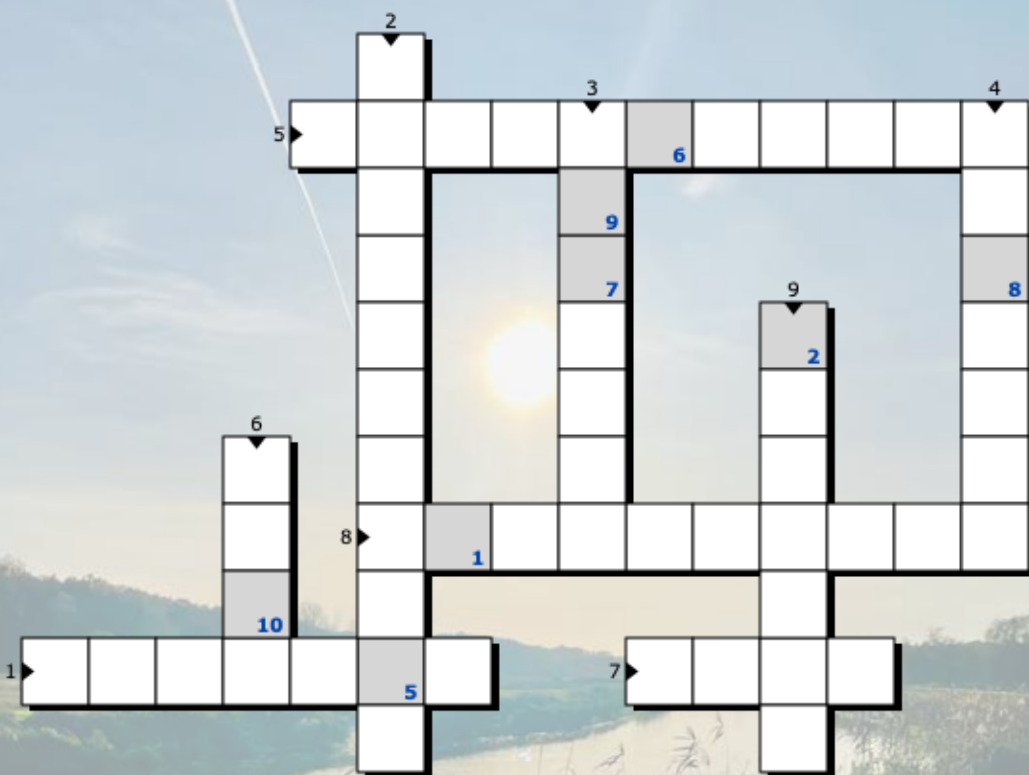
sein? Dann schicken Sie uns eine Mail mit der richtigen Lösung an: gewinn@haffmedia.de oder eine Postkarte an: **HAFF media, Ueckerstraße 109, 17373 Ueckermünde**

Einsendeschluss ist der 15. Januar 2025!

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

FRAGEN:

- 1) Wie heißt das Ärztenetz, das mit einem innovativen Projekt, das die Versorgung älterer Menschen stärkt, an den Start geht?
- 2) Wie heißt die junge Frau, die in der UER-Region ganz neu Selbstbehauptungs- und Resilienztraining für Kinder anbietet mit Nachnamen?
- 3) Wie heißt das Ueckermünder Fitnessstudio, das Sie jetzt zwei Wochen inklusive Coaching testen können?
- 4) In welchem Land ist die Musikschullehrerin Elisa Schoenlein Jaurena, die wir in dieser Ausgabe vorstellen, zu Hause?
- 5) Ist es in der kalten Jahreszeit lange dunkel und trist leiden manche Menschen umgangssprachlich an einem ... ?
- 6) Um welches Tier dreht sich alles bei der Veranstaltungsreihe „Talk im Speicher“ im Januar?
- 7) Wie heißt der Ueckermünder Fliesenleger, der sein 20-jähriges Jubiläum feiert und über den wir in dieser Ausgabe berichten, mit Vornamen?
- 8) Der Januar im Ueckermünder KULTurSPEICHER wird international - die Künstler, die das Haus mit Musik füllen, kommen mitunter vom anderen Ende der Welt. Aus welchem Land genau?
- 9) Die FUER UNS GEHT UM DIE WELT: Wo wurde das Gewinner-Foto 2024 aufgenommen?



**Gewinner
Dezember-Ausgabe 2024**

Über eine Kinder-Jahreskarte für den Ueckermünder Tierpark darf sich Ralf Kundschaft aus Eggesin freuen. Eine Jahreskarte für Erwachsene hat Claudia Sacher aus Leopoldshagen gewonnen.

LÖSUNG: 1 2 C K 5 6 7 8 9 10



Plakat: ZVG



electronics

UECKERMÜNDE: 039771 -2020

Mobil/WhatsApp: 0152 226 73 800

**VIELE VERSCHIEDENE MARKEN IN JEDEM PREISSORTIMENT
BERATUNG - AUFMASS - LIEFERUNG - AUFSTELLUNG - EINBAU
& KOSTENLOSE ENTSORGUNG IHRER ALTEN GERÄTE
(BEI KAUF EINES NEUEN GERÄTES)**

Das bisschen Haushalt macht sich von allein ...



**Waschmaschinen, Trockner,
Waschtrockner, Staubsauger,
Bügeleisen mit und ohne Dampf
und vieles mehr**



Front- & Toplader

Akku- und Bodenstaubsauger

Das bisschen Kochen ist doch halb so wild ...



**Kühlschränke, Gefriertruhen
Backöfen, Geschirrspüler,
Heißluftfriteusen, Kaffeemaschinen,
Mixer und vieles mehr**



als Einbau oder Standgerät

Elektro- & Induktionsherde

Erst die Arbeit und dann das Vergnügen ...

**Fernseher, SAT-Anlagen, Soundbars,
Musikanlagen, DVD-, CD- und BLUERAY-Player, Receiver,
Radios, PC-Systeme, All-in-one PC's, Laptops,
Festnetz-Telefone, WLAN-Verstärker,
Monitore und eine große
Auswahl an Computer-Zubehör**

