



TERMINE

Möchten Sie Termine für
Veranstaltungen bekannt geben?
Rufen Sie an
☎ **03 81 / 36 54 10**
Schicken Sie ein Fax
03 81 / 36 52 05
Schreiben Sie an
OSTSEE-ZEITUNG
Rostocker Zeitung
Richard-Wagner-Straße 1a
18055 Rostock

ROSTOCK BÜHNE»
Bühne 602, Warnowufer 55:
Sa 20.00 Achterbahn
Volkstheater/Großes Haus, Doberaner
Str. 27: **So** 18.00 Untergang der Titanic
TREFFPUNKT»
Botanischer Garten, Hamburger
Str. 40: **Sa** 14.00 Führung im Freige-
lände
Die Beginen - Frauenkulturverein,
Heiligengeisthof 3: **Mo** 10.00-12.00
Aquarellieren als Wiege der Malerei
Kröpeliner Tor: **Mo** 11.00 Unter-
wegs im Rostocker Stadthafen
Rathaus, Neuer Markt 13, vor dem
Haus: **Sa** 20.00 Henkerführung
SBZ Bürgerhus, Gerüstbauerring 28:
Sa 21.00 Groß Kleiner Sternstunden
, für alle die Spaß am Tanzen haben
St.-Marien-Kirche, Neuer Markt 13:
Sa/Mo 11.00 Führung, endend mit
Apostelungang an der Astronomi-
schen Uhr; **Sa** 14.00 Rundgang durch
die Rostocker Marienkirche;
Mo 11.00 Führung über die Gewölbe
und zu den Glocken

SPORTZENTRUM
Schwanteich, Kuphalstr. 77:
Sa-Mo 8.00-23.00 Fitness, Tennis...;
So 11.00-12.30 Zumba
Trihotel, Tessiner Str. 103:
Sa/So 10.00-22.00 **Mo** 12.00-22.00
Wellnesslandschaft
AUSSTELLUNGEN» Kröpeliner
Tor: Sa 10.00-18.00 Rostocker
Details, Fotos
Kunstverein zu Rostock, Galerie
Amberg 13, Amberg 13:
Sa 12.00-16.00 Giebler / Nagel /
Grüneberg

WARNEMÜNDE
**BÜHNE» Volkstheater/Kleine Ko-
mödie**, Rostocker Str.: **Mo** 19.30 Ma-
trosen, Mädchen, Ringelnatz, Ein mu-
sikalisches Heringsleuchten
AUSSTELLUNGEN» Galerie
Möller, Am Strom 68: **Sa/Mo**
10.00-18.00 **So** 13.00-17.00 Falco
Bärenwald, Malerei, Grafik, Plastik

DUMMERSTORF
**TREFFPUNKT» Mehrgenerationen-
haus**, Gustav-Fröhlich-Allee 20:
Mo 15.00 Spinnstube

GRAAL-MÜRITZ
 FITNESS» Aquadrom, Buchenkamp-
weg 9: **Sa-Mo** 9.30-21.30 Fitness-
Studio, Sporthallen und Kegelbahn;
Sa-Mo 11.00-21.30 Wasser- und
Saunawelt, Wellnessbereich
IFA Hotel, Waldstr. 1: **Sa** 10.00-21.00
So 10.00-18.00 Sauna und Fitness

RÖVERSHAGEN
TREFFPUNKT» Karls Erlebnis-Dorf
Purkshof 2: **Sa-Mo** 8.00-19.00;
Sa-Mo 12. Eisswelt, Europas größte Eis-
figuren-Ausstellung, Motto: Rock'n
Roll

TESSIN
**TREFFPUNKT» Indoorpark Alte
Zuckerfabrik: Sa/So** 10.00-20.00
geöffnet

HIER FINDEN SIE HILFE

NOTRUF
Polizei ☎ 110
Feuerwehr/Rettungsdienst ☎ 112
Giftnotruf ☎ 03 61 / 73 07 30
Krankentransport: ☎ 1 92 22
Private Krankentransport-Ambulanz
Millich ☎ 45 40 80

KASSENÄRZTLICHER BEREITSCHAFTSDIENST
☎ 116 117
**Bereitschaftsdienstpraxen für Er-
wachsene**
Rostock: (heute 07 Uhr bis Pfinst-
montag 24 Uhr) Südring 81
☎ 01805 / 8 68 22 24 55
Arztelhaus GDZ, Trellborger Str. 10 c
☎ 01805 / 8 68 22 24 56
Dummerstorf/Kavelstorf
Kritzow/Schwaa/Satow
Rövershagen/Graal-Müritz:
Kassenärztlicher Dienst Rostock
☎ 01 80 / 58 68 22 24 55
Tessin/Sanitz: Leitstelle Bad Dobe-
ran ☎ 03 82 03 / 6 24 28
☎ 03 82 03 / 1 92 22
Bundeswehr:
☎ 03 81 / 63 6-23 99

**KASSENÄRZTLICHER BEREIT-
SCHAFTSDIENST FÜR KINDER**
Rostock (9-21 Uhr): Universitätskin-
der- und Jugendklinik, Ernst-Heyde-
mann-Str. 8 ☎ 01 80/ 58 68 22 24 57

ZAHNÄRZTE-NOTDIENST
Sonnabend Rostock: 09-12, 17-19 Uhr
Dr. Schleifer, Friedhofsweg 44a/
Knabenschule ☎ 01 73 / 6 33 51 20
9-11 Uhr, **Kritzow:** Bärbel Jäkel,
Satower Str. 7 ☎ 03 81 / 4 46 60 00

Sonntag Rostock: 09-12, 17-19 Uhr
ZA Pielenz, Voßstr. 31a
☎ 03 81 / 2 00 41 90
9-11 Uhr, **Kritzow:** Bärbel Jäkel,
Satower Str. 7 ☎ 03 81 / 4 46 60 00

Pfingstmontag Rostock: 09-12,
17-19 Uhr
Dr. Voß, Hinrichsdorfer Str. 13
☎ 01 73 / 6 16 54 14
9-11 Uhr, **Kritzow:** Bärbel Jäkel,
Satower Str. 7 ☎ 03 81 / 4 46 60 00

CHIRURGEN-NOTDIENST
Sonnabend: für Erwachsene und
Kinder Chirurgische Universitätskli-
nik, Schillingallee ☎ 03 81 / 49 40

Sonntag: für Erwachsene Klinikum
Süd, Südring ☎ 03 81 / 4 40 10
für Kinder Chirurgische Uniklinik,
Schillingallee ☎ 03 81 / 49 40

Pfingstmontag: für Erwachsene und
Kinder Chirurgische Universitätskli-
nik, Schillingallee ☎ 03 81 / 49 40

APOTHEKEN-NOTDIENST
Sonnabend, 12 bis Sonntag 08 Uhr
Rostock: Cityblick-Apothek, Toiten-
winkel, J.-Curie-Allee 49 ☎ 6 86 70 30
Apotheken Reuter-Passage, Gördeler
Str. 50 ☎ 2 60 53 13 04
Bützow: (18-19 Uhr) Rats-Apothe-
ke, Lange Str. ☎ 27 03 84 61 / 3791
Schwaa: (18-19 Uhr) Schwa-
nen-Apothek, Mühlenteichplatz
☎ 03 84 4 / 81 42 19; 81 44 85
Sanitz: (17-18 Uhr) Weiden-Apo.,
John-Brinckman-Str. 10a
☎ 03 8209 / 2 88
Rövershagen: (12-08 Uhr)
Heide-Apothek, Birkenstrat 25
☎ 03 82 02 / 43 22 71

Sonntag, 08 bis Montag 08 Uhr
Rostock: Rosen-Apo, Reutershagen,
Schulenburgstr. 20 ☎ 8 09 62 80
Apotheken 24, Lütten Klein, St.
Petersoner Str. 18b ☎ 4 40 50 75
Jakobi-Apothek, zur Himmels-
pforte 1/2 ☎ 49 74 90
Bützow: (10-11, 18-19 Uhr)
Rosen-Apothek, Wismarsche
Straße 2 ☎ 03 84 61 / 91 13 96
Schwaa: (10-11, 18-19 Uhr)
Schwanen-Apothek, Mühlenteich-
platz ☎ 03 84 4 / 81 42 19; 81 44 85
Sanitz: (8-9, 17-18 Uhr)
Weiden-Apothek, John-Brinck-
man-Str. 10a ☎ 03 8209 / 2 88
Ribnitz: (08-08 Uhr) Apo Am Boden,
Lange Str. 80 ☎ 0 38 21 / 81 29 13

Pfingstmontag, 08 bis Montag 08 Uhr
Rostock: John-Brinckman-Apothe-
ke, Schillingallee 28 ☎ 2 00 24 57
Elmenhorster Apotheke, Elmen-
horst, Feldweg 6 ☎ 7 69 16 17
Bützow: (10-11, 18-19 Uhr) Markt-
Apo., Lange Str. 49 ☎ 03 84 61/ 6 52 16
Schwaa: (10-11, 18-19 Uhr)
Schwanen-Apothek, Mühlenteich-
platz ☎ 03 84 4 / 81 42 19; 81 44 85
Sanitz: (8-9, 17-18 Uhr) Wei-
den-Apothek, John-Brinckman-
Str. 10a ☎ 03 8209 / 2 88
Graal-Müritz: (08-08 Uhr) Kur-Apo.,
Kurstr. 18 ☎ 03 82 06 / 7 81 02

TIERÄRZTE-NOTDIENST
Rostock: Tierklinik,
Thierfelderstraße 19 ☎ 25 27 70
Schlage: Tierheim ☎ 03 82 08 / 3 57
FRAUEN IN NOT
Frauenhaus ☎ 45 44 06/07
KINDERSCHUTZHOTLINE
☎ 08 00 / 1 41 40 07
WEISSER RING e.V.
(0-24 Uhr) ☎ 03 81 / 8 09 87 47
TELEFONSELSORGE
kostenlos ☎ 08 00 / 1 11 01 11
☎ 0 8 00 / 1 11 02 22
INFODIENST KREBS
Anfragen ☎ 08 00 / 4 20 30 40



Aquabiking der Adipositasgruppe im Klinikum Südstadt: Physiotherapeutin Silvia Pittwohn trainiert die Patienten (v.l.) Wenke Stellmacher, Birgit Engel, Eva und Hermann Hofmann.
Foto: Ove Arscholl

Im Wasser strampeln und abnehmen

XXL-Patienten trainieren im Schwimmbecken der Südstadtklinik. Die konservative Therapie setzt auf viel Bewegung.

Von Doris Kesselring

Südstadt – „In den Stand, jetzt treten, treten, treten!“ Silvia Pittwohn steht am Beckenrand und treibt fünf Leute im Wasser freundlich an. „Das ist schwer, jawoll. Noch mehr Tempo, da geht noch was!“

Wenke Stellmacher steht der Schweiß im Gesicht. Ihre roten Haare sind nass von der Anstrengung. Aber sie tritt weiter kräftig in die Pedalen des Fahrrad-Ergometers. Fünf dieser Geräte stehen in dem 1,35 Meter tiefen, kleinen Becken im Südstadt-Klinikum. Wöchentlich trainieren hier Übergewichtige, die auf konservativem Wege im Adipositaszentrum der Klinik ihre Kilos loswerden wollen.

„Wir haben zwei Gruppen mit je acht bis zehn Teilnehmern“, sagt Prof. Hans-Christof Schober, ärztlicher Direktor des Südstadtklinikums und Chefarzt der Klinik für Innere Medizin. Regelmäßig hält der Spezialist für Endokrinologie, Diabetologie und Ernährungsmedizin Sprechstunden für XXL-Patienten ab. Er leitet das Adipositaszentrum und ist hier vor allem für die konservative Therapie zuständig. „Ohne Operation verlieren die Patienten auf diese Art etwa zehn bis 15 Prozent ihres Ausgangsgewichtes“, er-

klärt Schober. Für den Einzelnen heißt das: Untersuchungen, Ernährungsberatung und -umstellung, Schulungen und viel Bewegung.

Wenke Stellmacher ist jetzt zum dritten Mal beim Aquabiking. Im März hat sie eine der monatlichen Adipositas-Informationsveranstaltungen am Klinikum besucht und sich für die konservative Methode des Abnehmens entschieden. „Ich habe Angst vor der OP“, gibt die 46-Jährige zu.

Seit der Geburt ihres inzwischen 20-jährigen Sohnes trägt sie zunehmend mehr Kilos mit sich herum. „Gewogen habe ich mich seit Jahren nicht mehr“, sagt die Buchhalterin, die auch keinen Ganzkörperspiegel zu Hause hat. Sie kennt ihr Problem und hat es schon mit etlichen Diäten versucht. Nun hat sie ein Ziel vor den Augen: „Ich will meinen 50. Geburtstag mit einer anderen Figur feiern“, verkündet sie. „Und ich weiß, dass ich es kann.“

Die Physiotherapeutin am Beckenrand kennt indes kein Erbarren: „Schön radeln, Atmen nicht vergessen und Tempo!“ 45 Minuten dauert eine Trainingseinheit. „Bei der Bewegung im Wasser werden die Gelenke entlastet, das ist gut“, erklärt Silvia Pittwohn. Die Adipositaspatienten können auch walken, normal Radfahren. „Dazu empfehlen wir Krafttraining, wer es kann“, sagt Prof. Schober. So würden die Übergewichtigen lernen, dass sie sich bewegen können, noch dazu in der Gruppe. „Das stärkt das Selbstbewusstsein, bedeutet mehr Lebensqualität“, betont Schober. Wenke Stellmacher ist hochmotiviert. Auch zu Hause fährt sie eifrig Rad. „Ich will das für mich“, betont sie und freut sich schon aufs nächste Aquabiking.

9. Juni: Nächster Info-Tag

In der Serie
„Rostock dicke da“ beleuchtet die OSTSEE-ZEITUNG das Problem des Übergewichtes in der Hansestadt: Jeder dritte Rostocker über 50 Jahre ist adipös. In loser Folge berichten wir, wie und wo XXL-Patienten Hilfe bekommen.
Die nächste Informationsveranstaltung zum Thema Adipositas für Patienten und Angehörige findet am 9. Juni von 16 bis 18 Uhr im Hörsaalbereich des Klinikums Südstadt statt. Oberärztin Dr. Sylke Schneider-Koriath leitet die Veranstaltung.



OZ-Serie
Rostock dicke da

MELDUNGEN VOM HAFENKAPITÄN

Schiffsankünfte heute
Warnemünde: »Aidamar«, Flagge: Italien, BRZ: 71.304, Länge: 253.22 m, von Stockholm, Kreuzfahrt.

Schiffsankünfte Sonntag
Warnemünde: »Prinsendam«, Flagge: Niederlande, BRZ: 39.051, Länge: 204 m, von Hamburg, Kreuzfahrt.

(Angaben ohne Gewähr)
Informationen unter www.rostock-port.de

WIR GRATULIEREN

zum heutigen Geburtstag
ROSTOCK» Käthe Nietz (94)
DRK Seniorenwohnanlage Evershagen
Emil Pettirsch (70)
Pflegerheim Toitenwinkel 2
GRAAL-MÜRITZ»
Dietlinde Barth (77), **Peter Groth-**
kopp (73), **Horst Lösel** (83)
SANITZ» Elisabeth Rahn (79)
Ilse Blak (80)
KÖSTERBECK» Charlotte Brauer (87)
PASTOW» Claus Grotjohann (77)
POPPENDORF»
Anneliese Sterne (77)
GELBENSANDE» Vera Burkert (91)
THELKOW» Ursula Morgenroth (85)
KLINGENDORF»
Dr. Heidi Heideck (78)
HOHEN SCHWARFS»
Gisela Krumm (82)
PRISANNEWITZ» Else Müntzel (83)
KLEIN SCHWAB» Ursula Möller (85)
BUCHHOLZ» Günther Vogel (70)

zum morgigen Geburtstag
GRAAL-MÜRITZ»
Rosemarie Franz (72), **Gertraude**
Hostmann (76), **Maria Schultz** (71)
Reinhold Zingler (84)
SANITZ» Helga Hildebrandt (79)
KÖSTERBECK» Gerd Jannasch (74)
BENTWISCH» Elfriede Riemer (91)
Frieda Gensich (89)
GELBENSANDE»
Runfrid Schwiggen (73)
TESSIN» Edwin Kreutner (87)
Jürgen Finck (84), **Maria Schwirk** (84)
Günter Düwel (80), **Ingrid Behrens** (76)
NUSTROW» Marlis Demske (72)
KLINGENDORF»
Bärbel Hagemeister (73)
WOLFSBERG» Hans-Jürgen Kozik (70)
BANDELSTORF»
Herbert Merchel (79)
DUMMERSTORF» Lisa Sieber (78)
zum Geburtstag am Montag
ROSTOCK» Siegfried Friedrich (85),

Pflegerheim Reutershagen; **Wanda**
Hagemeister (82), Tagespflege
Ulrike Kohlhagen; **Ilse Warken-**
thin (94),
Pflegerheim Südhus GmbH, **Gertrud**
Jenßen (93), **Anna Meier** (90), beide
Seniorenwohnanlage Südstadt
GRAAL-MÜRITZ» Tryntje Kluge
(94), **Marie Schliedermann** (86)
SANITZ» Rita Schmidt (79),
Hans-Joachim Kobs (80)
Ingrid Schuldt (76)
KÖSTERBECK» Werner Usadel (76)
GELBENSANDE» Helga Jenß (72)
RÖVERSHAGEN» Ottilia Tasch (87)
Vera Henke (77)
Werner Schladoweiler (73)
TESSIN» Elli Karstaedt (83)
Manfred Pukowski (75)
DUMMERSTORF»
Hans-Joachim Grünwald (74)
HOHEN SCHWARFS»
Dieter Schönfeld (74)

GOTTESDIENSTE

SONNABEND:
Evangelisch» Rostock: St.-Johan-
nis-Kirche (Barnstorfer Wald):
18 Uhr mit Beichtfeier, Pastor Roettig.
Reez: Kapelle: 18 Uhr Beichtandacht,
Pastorin Borowski.
Katholisch» Rostock:
St. Thomas Morus, Thomas-Morus-
Str. 4: 18 Uhr Hl. Messe.
Weitere Religionen» Rostock:
Adventsgemeinde, August-Bebel-Str. 39:
9.30 Uhr.

SONNTAG:
Evangelisch» Rostock: Fischkutter/
Jugend- und Begegnungszentrum,
Krummendorfer Str. 15: 10.30 Uhr
Konfirmationsgottesdienst mit Abend-
mahl, Pastor Rautenkranz. Gemein-
denzentrum Brücke Groß Klein,
F.-M.-Scharffenberg-Weg 7: 10 Uhr
Pastor Utpatel.
Heiligen-Geist-Kirche, Margareten-
platz: 10 Uhr Konfirmationsgottes-
dienst mit Kindergottesdienst, Vikarin
Ulm. Landeskirchliche Gemeinschaft,
Hundertmännerstr. 1: 10.30 Uhr mit
Kindergottesdienst, Pastor Reiter.
Michaelshof, Fährstr. 25, Kapelle:
10.30 Uhr Pastor i.R. Starke.
Nikolaikirche, Bei der Nikolaikirche 1:
10 Uhr Festgottesdienst zur Konfirma-
tion mit Abendmahl, Pastor Dr. Scholl,
Vikarion Knierim. Schmarl „Brücken-
schlag“, Roald-Amundsen-Str. 24:
8.45 Uhr Pastor Utpatel. Slüterhaus,
Dierkower Höhe 43: 10 Uhr Pfinstgot-
tesdienst. St. Michael Gehlsdorf,
Kirchplatz, Gemeindezentrum: 10 Uhr
Pastor Bubber. St. Thomas, Wolgaster
Str. 7a: 11 Uhr Pastorin Banek.
St.-Andreas-Kirche, Krischanweg 6:
10 Uhr Konfirmationsgottesdienst mit
Abendmahl, Pastorin Froesa-Schmidt
und Vikarin Köckert. St.-Johannis-Kir-
che (Barnstorfer Wald): 9 Uhr mit
Beichtfeier, Pastor Roettig; 9, 11 Uhr
mit Abendmahl, Konfirmation und
Kindergottesdienst, Pastor Roettig.
Südstadtgemeinde, Beim Pulverturm 4:
11 Uhr Konfirmations-Gottesdienst mit
Kindergottesdienst und Abendmahl,
Pastor Kiss.Thomas-Morus-Kirche,
Thomas-Morus-Str. 4: 8.30 Uhr mit
Abendmahl, Pastor Wilpert. Waldemar-
Hof, Waldemarstr. 33: 10.30 Uhr.
Botwisch: 10 Uhr Konfirmationsgot-
tesdienst, Pastorin Gosch.
Biestow: 10 Uhr mit Kindergottes-
dienst, Pastorin Garling.
Blankenhagen: 10 Uhr Konfirmation
mit Abendmahl. **Buchholz:** 10 Uhr Pas-
tor Kumlehn. **Kavelstorf:** 10 Uhr Konfir-
mationsgottesdienst mit Abendmahl,
Pastorin Borowski.
Kessin: 10 Uhr mit Konfirmation,
Abendmahl und Kindergottesdienst,
Pastor Breckenfelder.
Lichtenhagen: 10 Uhr mit Abendmahl
und Kindergottesdienst, Pastorin Kiese-
ler. **Ostseeheilbad Graal-Müriz:** Lu-
kaskirche: 10 Uhr Konfirmationsgot-
tesdienst, Pastor Timm. **Sanitz:** 10 Uhr
mit Konfirmation und Abendmahl.
Seebad Warnemünde: Kirchenplatz:
10 Uhr Konfirmationsgottesdienst mit
Abendmahl, Pastor Moritz.
Stäbelow: 8.30 Uhr, Pastor Krause.
Tessin: 10.15 Uhr Konfirmation.
Hanstorff: 10 Uhr, Pastor Krause.
Freikirchen» Rostock: Christliches
Zentrum, Am Schmarler Bach 2:
10.30 Uhr. Ev.-Freikirchliche Gemeinde
(Baptisten), Hermannstr. 15: 10 Uhr.
Evang.-Freikirchliche Gemeinde Ros-
tock, Margaretenstr. 24: 10 Uhr.
Freie evangelische Gemeinde (FEG),
Tychsenstr. 9b: 10.30 Uhr und Kinder-
gottesdienst. Gospelzentrum, Walde-
marstr. 33: 10.30 Uhr.
Katholisch» Rostock: Christuskirche,
Häktweg 9, 10.30, 18.30 Uhr Hl. Mes-
se. St. Josef, Reutershäger Weg 4:
10.30 Uhr Hl. Messe. St. Thomas Mo-
rus, Thomas-Morus-Str. 4: 10 Uhr Hl.
Messe. **Ostseeheilbad Graal-Müriz:**
St. Ursula, Ribnitzer Str. 1: 9 Uhr Heili-
ge Messe. **Seebad Warnemünde:** Ma-
ria Meerestern, Schillerstr. 1: 8.30 Uhr
Hl. Messe.
**Neuapostolisch» Seebad Warnemün-
de:** Wiesenweg 8e: 9.30 Uhr.
Tessin: Kirchenstr. 24: 9.30 Uhr.
Weitere Religionen» Rostock:
Paulus-Kirche, Blücherstr. 20: 10,
11.10 Uhr Kindergottesdienst.
MONTAG:
Evangelisch» Rostock: Heiligen-
Geist-Kirche, Margaretenplatz: 11 Uhr
Ökumenischer Gottesdienst, auf dem
Jakobikirchplatz. St.-Johannis-Kirche
(Barnstorfer Wald): 10 Uhr mit Kinder-
gottesdienst, Pastor Roettig. Südstadt-
gemeinde, Beim Pulverturm 4:
9.30 Uhr, Pastor Kiss. Universitätskir-
che, Klosterhof 2: 11 Uhr Ökumeni-
scher Gottesdienst, auf dem Jakobi-
kirchplatz. **Rövershagen:** 9 Uhr. **See-
bad Warnemünde:** Konzertmuschel im
Kurhausgarten, Seestr. 19: 11 Uhr. **Thelkow:**
Pfarrhaus: 9 Uhr. **Thulendorf:** 14 Uhr.
Volkenshagen: 10 Uhr Konfirmations-
gottesdienst, Pastor Timm.