



Eckdrift 43-45  
19061 Schwerin

E-Mail  
stadtwerke-schwerin@  
swsn.de

Zentrale  
Telefon 6 33 0  
Fax 6 33 11 11

Störungsdienst  
Telefon 6 33 42 22

Service-Hotline  
Telefon 6 33 14 27  
E-Mail  
kundenservice@  
swsn.de

Privatkunden  
Fax 6 33 14 24

Eckdrift 43 - 45  
Öffnungszeiten:  
Mo. 8 bis 18 Uhr  
Di. 8 bis 18 Uhr  
Mi. 8 bis 14 Uhr  
Do. 8 bis 18 Uhr  
Fr. 8 bis 14 Uhr

Mecklenburgstraße 1  
Öffnungszeiten:  
Mo. bis Do.  
9 bis 18 Uhr  
Fr. 9 bis 16 Uhr  
Sa. 9 bis 12 Uhr

Stadtwerke im  
Internet:  
www.stadtwerke-  
schwerin.de  
www.swsn.de

Der neue **Kalender 2010** der Stadtwerke ist da! Unter dem Motto „Natürlich jeden Tag“ ist ein Wandkalender mit Schweriner Motiven aus dem Blickwinkel unserer Mitarbeiter entstanden. Die Fotos auf den Blättern sowie die Rezepte, Haushalts- und Energiespartipps auf den Rückseiten wurden von Stadtwerkern zur Verfügung gestellt. Der Kalender ist in den Kundenzentren für einen Euro erhältlich. Der Verkaufslös wird traditionell für einen sozialen Zweck gespendet.



Ute Becker, Angelika Gramkow, Sylvia Bretschneider, Dr. Josef Wolf und Volker Ahmels (v.l.) bei der Eröffnung



Mit viel Talent und Einfühlungsvermögen spielt Alenka Heilmann aus Schwerin das schwierige Instrument

Ausstellung und Konzert im Foyer der Stadtwerke zum Ausklang des Jahres 2009

## Sanfte Töne zum vierten Advent

**Krebsförden • Mit einer Ausstellung zur Landeskampagne „WIR. Erfolg braucht Vielfalt“ und einem vorweihnachtlichen Harfenkonzert klingt bei den Stadtwerken Schwerin (SWS) das Jahr aus.**

Am 18. November wurde im Foyer der SWS die Ausstellung im Rahmen der Landeskampagne „WIR. Erfolg braucht Vielfalt“ feierlich eröffnet. Viele Gäste waren der Einladung gefolgt. Die Landtagspräsidentin und Repräsentantin der Landesinitiative, Sylvia Bretschneider, lobte das Engagement der Stadtwerke. Mit einem Grußwort wandte sich die Oberbürgermeisterin der Landeshauptstadt, Angelika Gramkow, an die Besucher. Dr. Josef Wolf, Geschäftsführer der SWS, dankte besonders den anwesenden Projektpartnern. Mit der Unterstützung

von Sport- und Kunstvereinen leisten die SWS einen wichtigen Beitrag zur Förderung der Interessen- und Kulturvielfalt in Schwerin. Aber auch im sozialen Bereich gibt es ein großes Engagement. Die Ausstellung stellt die einzelnen Projektpartner der SWS vor. Sie ist für alle Interessierten nach bis einschließlich 15. Januar 2010 zu sehen.

### Stimmungsvolles Harfenkonzert

Zu den von den Stadtwerken geförderten Einrichtungen gehört auch das Konservatorium Schwerin. Dort, wie an allen anderen Musikschulen des Landes, sind seit einigen Jahren Klassen für den Harfenunterricht entstanden. Das anspruchsvolle Instrument erfordert fleißiges Üben. Das Ergebnis ihrer Bemühungen präsentieren die Schüler des Schweriner Kon-

servatoriums gemeinsam mit den Musikschülern aus Rostock, Bad Doberan und Güstrow im Rahmen eines Adventskonzerts. Am 20. Dezember, dem 4. Advent, verzaubern sie unter Leitung von Ingrid Pohl die Besucher mit weihnachtlichen Harfenklängen. Das Konzert findet im Foyer der Stadtwerke, Eckdrift 43-45, statt und beginnt um 16 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Zur Einstimmung auf das abwechslungsreiche Musikprogramm sind alle Gäste ab 15 Uhr gegen eine Spende für das Mecklenburger Straßenmagazin „die straße“ zu Kaffee, Kuchen und Glühwein eingeladen. „Mit diesem kulturellen Adventsnachmittag wollen wir uns recht herzlich bei all unseren Kunden und Partnern für die oft jahrelange Treue und gute Zusammenarbeit bedanken“, sagt Dr. Josef Wolf, Geschäftsführer der SWS. *Jane Ay*



**Krebsförden •** Anfang November trafen sich Gremienvertreter der Stadtwerke Schwerin zu einer offenen und vertrauensvollen Gesprächsrunde. Thema dieses Treffens war die gemeinsame Positionierung und die Erörterung weiterer Entwicklungschancen des Unternehmens. *ja*

Mit dabei SWS-Geschäftsführer Dr. Josef Wolf, Aufsichtsratsvorsitzender Gerd Böttger, Betriebsratsvorsitzende Cordula Manow sowie ihr Stellvertreter Torsten Leixnering (Foto, v.l.). Die Fortsetzung dieses Dialoges wurde für die kommenden Monate vereinbart. *ja*

## Wettbewerb „Sternchen on Ice“ Eistalente gesucht

**Schwerin •** Am 5. Dezember um 14 Uhr ist es wieder soweit: die Eislaufbahn auf dem Alten Garten wird zur Bühne. Die Stadtwerke Schwerin (SWS) laden alle Kinder und Jugendlichen zwischen 4 und 15 Jahren ein, ihr Können auf dem Eis einer erwartungsfrohen Jury zu präsentieren. „Trotz der tollen Preise, die wir vergeben, steht doch der Spaß im Vordergrund“, sagt Steffen Wild, Projektverantwortlicher und Jurymitglied von Sternchen on Ice. *ja*



Ab 1. Januar sparen Stadtwerkedkunden in der Grundversorgung

## Strom wird preiswerter

**Schwerin •** Zum 1. Januar 2010 senken die Stadtwerke Schwerin die Strompreise für alle Kunden in der Grund- und Ersatzversorgung. Grund dafür ist die anhaltende preisliche Entspannung auf dem Energiemarkt, die die Stadtwerke seit Mitte dieses Jahres zeitnah und über alle Energiearten an ihre Kunden weitergeben.

Mit Beginn des neuen Jahres 2010 sinkt der Arbeitspreis für die Strom-Grundversorgung für Schweriner Privatkunden um 1,43 Cent je Kilowattstunde inklusive Mehrwertsteuer. Dadurch spart ein durchschnittlicher grundversorgter Privathaushalt mit einem jährlichen Verbrauch von 1.400 Kilowattstunden rund fünf Prozent seiner Stromkosten. Auch für alle grund- und ersatzversorgten Gewerbekunden sinken die Strompreise. Die gute Nachricht über die Preissenkung haben Mitte November mehr als 22.000 Schweriner Stromkunden per Post von den Stadtwerken erhalten. Wer eine kilowatt-

stundengenaue Abrechnung nach den neuen Preisen wünscht, sollte den Stadtwerken seinen Zählerstand vom 31. Dezember 2009 gleich zu Beginn des neuen Jahres mitteilen. Schnell und unkompliziert funktioniert die Zählerstandsmeldung auch über die Internetseite der Stadtwerke. Dazu einfach [www.stadtwerke-schwerin.de](http://www.stadtwerke-schwerin.de) aufrufen und in der Rubrik „Kundenservice“ den Artikel „Zählerstandsmeldung“ öffnen.

Für alle Kunden, die regelmäßig im Internet unterwegs sind, haben die Stadtwerke auf ihrer Internetseite einen geschützten Direktservice-Bereich eingerichtet. Hier können persönliche Kundendaten, Vertragsdaten und auch Zählerstände bequem von zu Hause aus verwaltet werden. Für den Zugang sind lediglich persönliche Login-Daten erforderlich, die direkt auf der Homepage angefordert werden können. Für alle, die das persönliche Gespräch bevorzugen, sind die Stadtwerke-Mitarbeiter weiterhin in den Kundenzentren und am Service-Telefon 0385 633-1427 erreichbar.

Und so einfach geht es

## Das Gewinnspiel zu Weihnachten

**Schwerin •** Auch in diesem Jahr veranstalten die Stadtwerke zur Weihnachtszeit wieder ein Gewinnspiel und verschenken 30-mal Freude.

Mitmachen ist ganz einfach: Nur das unten abgebildete Rätsel lösen, Lösung abschicken und mit etwas Glück einen von 30 tollen Preisen gewinnen. Gewinnspielkarten sind ab sofort in den Kundenzentren der Stadtwerke erhältlich. Eine Postkarte reicht aber auch. Hauptsache das Lösungswort stimmt, denn unter allen volljährigen Einsendern mit richtigem Lösungswort werden die 30 Gewinner ausgelost. In der Ausgabe der *hauspost* vom Februar 2010 werden sie dann bekannt gegeben.

Von der Teilnahme ausgeschlossen sind alle Mitarbeiter des SWS-Unternehmensverbundes und deren Angehörige. Eine Barauszahlung der Sachpreise ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Stadtwerke laden alle Rätselfreunde zum Mitmachen ein. Viel Glück! *ja*



## Öffnungszeiten der Kundenservicecenter an den Feiertagen

Mit Ausnahme des 24. und 31. Dezembers sowie des 2. Januars 2010 haben die Kundenservicecenter der Stadtwerke zu den gewohnten Zeiten geöffnet. An den genannten Tagen bleiben sie wie zu den gesetzlichen Feiertagen geschlossen.

**citystrom lohnt sich**  
Grundversorgte Stromkunden, die noch mehr sparen wollen, können mit den Stadtwerken jederzeit eine Sondervereinbarung aus der citystrom-Familie abschließen. Zur Auswahl stehen der kostengünstige „citystrom classic“, der regenerative „citystrom natur“ sowie das Vorteilsangebot für alle Nachtaktiven „citystrom aktiv“. Ausführliche Beratung und Informationen zu diesen Vertragsangeboten gibt es in den Kundenzentren der Stadtwerke sowie im Internet unter: [www.stadtwerke-schwerin.de](http://www.stadtwerke-schwerin.de).

Ein besinnliches Weihnachtsfest im Kreise der Lieben und einen guten Rutsch ins Jahr 2010 wünschen die Stadtwerke Schwerin allen Kunden, Partnern sowie Mitarbeitern und bedanken sich zugleich für die Treue und gute Zusammenarbeit.

# WEIHNACHTSGEWINNSPIEL

**Machen Sie mit und gewinnen Sie einen von 30 attraktiven Preisen**






H) Schmiedestraße  
Z) Friedrichstraße  
N) Schlachtermarkt  
E) Marienplatz

Können Sie die Straßen von Schwerin? In unserem Weihnachtsgewinnspiel wollen wir es wissen. Ordnen Sie die Bilder den richtigen Straßen zu und Sie erhalten unser Lösungswort. Dieses sagt Ihnen, wie viele Jahre es unser beliebtes Stromprodukt citystrom schon gibt. Schreiben Sie die Lösung auf eine Postkarte, setzen Sie Absender und Telefonnummer dazu und senden Sie die Karte bis zum **31.12.2009** an unsere Adresse oder nutzen Sie die Teilnahmekarten in unseren Kundenzentren.

Energieversorgung Schwerin GmbH & Co. KG  
Kennwort: Weihnachtsgewinnspiel  
Eckdrift 43-45, 19061 Schwerin

**citystrom**

www.stadtwerke-schwerin.de

**Mit vier Richtigen und etwas Glück können Sie gewinnen:**

1. Preis: Vier Eintrittskarten für Verdis Oper „Die Macht des Schicksals“ zu den Schweriner Schlossfestspielen 2010	4. – 10. Preis: Je zwei Familientageskarten für den Schweriner Zoo
2. Preis: Ein mobiles Navigationsgerät	11. – 20. Preis: Je ein Einkaufsgutschein im Wert von 25 Euro
3. Preis: Ein Familienessen im Schweriner Fernsehturm im Wert von 100 Euro	21. – 30. Preis: Je ein Kinogutschein über 10 Euro für das Mega Movies in Schwerin

Kundenservice: Telefon 0385 633-1427 | [www.stadtwerke-schwerin.de](http://www.stadtwerke-schwerin.de)





**SAE** - Schweriner  
Abwasserentsorgung  
Eckdrift 43-45  
19061 Schwerin

**Werkleiter**

Hugo Klöbzig  
Lutz Nieke

**Telefon**

(0385) 6 33 15 00

**Fax**

(0385) 6 33 17 02

**E-Mail**

info@snae.de

**Internet**

www.saesn.de

**WAG** - Wasserversor-  
gungs- und Abwas-  
serentsorgungsgesell-  
schaft Schwerin mbH  
Eckdrift 43-45  
19061 Schwerin

**Geschäftsführer**

Holger Fricke  
Lutz Nieke

**Telefon**

(0385) 6 33 15 61

**Fax**

(0385) 6 33 15 62

**E-Mail**

wag@schwerin.de

**Internet**

www.wag-schwerin.de

**Ein Besuch lohnt sich**

Auch 2010 kön-  
nen die Kläranlage  
Schwerin-Süd und das  
Wasserwerk Mühlen-  
scharrn in Neumühle  
besichtigt werden.

Anmeldungen unter:  
0385/633-1511.

Der Wasserturm wird  
2010 wieder am Tag  
des Wassers (März),  
Tag der Umwelt (Juni)  
sowie am Tag des  
Offenen Denkmals  
(September) für Besu-  
cher geöffnet sein.  
Nähere Informationen  
werden die jeweiligen  
hauspost-Ausgaben  
enthalten.

Auch Schulklassen  
sind herzlich zu  
einem Besuch des  
2009 eröffneten  
Abwasserlehrpfades  
eingeladen.



Störungen mithilfe von Prozessleitsystem erkennen und schnell beheben

## Anlagen auf einen Blick überwachen

**Krebsförden** • Die Wasserversorgungs- und Abwasserentsorgungsgesellschaft (WAG) und die Schweriner Abwasserentsorgung (SAE) kümmern sich zuverlässig darum, dass in allen Schweriner Haushalten jederzeit sauberes Trinkwasser zur Verfügung steht und gebrauchtes Wasser zur Aufbereitung in die Kläranlage geleitet wird. Neueste Technik erleichtert die Arbeit und erhöht die Anlagensicherheit.



Jörg Hahn und Winfried Martens (v.l.) bei der Datenauswertung Foto: maxpress/ja

Die Aufgaben von WAG und SAE sind komplex und erfordern eine sachverständige Koordinierung. Hierbei hilft den Mitarbeitern ein Prozessleitsystem, das alle technischen Betriebsanlagen überwacht. „Funktioniert beispielsweise eine Pumpe nicht richtig, die das Abwasser zur Kläranlage befördert, läuft im Leitstand auf einem Computerbildschirm eine Störungsmeldung auf. Das Gleiche geschieht, wenn nach einem starken Regenfall die Speicherbecken zu vollgelaufen sind“, erklärt Jörg Hahn, Elektromeister bei der WAG. „Der schichthabende Mitarbeiter kann im Leitstand erkennen, wo der Schaden aufgetreten ist und auch, worum es sich bei der Störung handelt“, erklärt Winfried Martens, Mitarbeiter des Leitstandes. Auf dem Gelände der Kläranlage Schwerin Süd, wo sich diese Informationszentrale befindet, wird dann entschieden, wie schnell die Störung beseitigt werden muss und welche Mitarbeiter dafür zu beauftragen sind. In wichtigen Fällen können die Mitarbeiter der WAG innerhalb von 20 Minuten vor Ort sein, um die Störung zu beseitigen. Die häufigsten Fehlermeldungen treten im Bereich der Abwasserentsorgung auf. Vor allem im Herbst, wenn das Laub in Massen von den Bäumen fällt, verstopfen Abwasserpumpen schneller. Bei

Regen werden Laubreste über den Gulli in die Kanalisation gespült und können die Funktionstüchtigkeit der Pumpen beeinträchtigen.

Diese Form der technischen Anlagenüberwachung besteht für Schwerin seit Mitte der 1990er Jahre. Alle anlagenrelevanten Messdaten werden erfasst und per Kabel oder GSM an das Prozessleitsystem übertragen. Hier werden die Daten mithilfe von leistungsfähigen Rechnern verarbeitet und erscheinen in Form von Grafiken oder Diagrammen auf den Bildschirmen der Leitstandsmitarbeiter. „Neu ist auch die Dopplung des Systems. Wir haben zwei Rechner, die sich gegenseitig absichern. Das heißt, fällt ein Rechner aus, dann übernimmt der zweite. Wir sehen also trotzdem, ob alles einwandfrei funktioniert“, so Hahn. Auf der Kläranlage wurden in den vergangenen zwei Jahren die Kupferkabel durch Lichtwellenleiterkabel ersetzt. Dadurch wurde ein Ringnetz geschaffen, das die Sicherheit der Datenübertragung erhöhte. Die Maßnahmen der SAE zur Erneuerung und Modernisierung des Prozessleitsystems, vor allem der Technik, in den vergangenen zwei Jahren tragen maßgeblich dazu bei, die Versorgung mit Wasser sowie die Entsorgung und Aufbereitung des Abwassers sicherzustellen. Jane Ay

Planung für 2010 steht

### Diesjähriger Erfolg als Zielvorgabe

**Schwerin** • Auch für das Jahr 2010 sind zahlreiche Projekte vorgesehen. Schwerpunkt werden die Erneuerung von Brunnenanlagen, die Verbesserung des Rohrleitungsnetzes und die Erneuerung von Versorgungsleitungen und Hausanschlüssen sein. Im Rahmen der Verkehrsflächenenerneuerung der Landeshauptstadt Schwerin, die für das kommende Jahr geplant sind, werden voraussichtlich die Leitungen für die Trinkwasserversorgung in der Helenenstraße, der Eisenbahnstraße, einem Teil der Schliemannstraße und des Platzes der Freiheit und Am Werder erneuert. In Zusammenarbeit mit der Netzgesellschaft Schwerin ist darüber hinaus eine Erneuerung der Trinkwasserleitungen in der Straße Am Treppenberg vorgesehen. Natürlich stehen eine zuverlässige Wasserversorgung und Abwasserentsorgung für die Mitarbeiter der Wasserversorgungs- und Abwasserentsorgungsgesellschaft (WAG) in jedem Jahr im Vordergrund. Bis dahin wünscht die WAG allen Lesern der hauspost sowie allen Partnern und Kunden geruhige Tage und einen erfolgreichen Start für das kommende Jahr 2010.



2009 war ein erfolgreiches Geschäftsjahr, fassen Lutz Nieke, Hugo Klöbzig und Holger Fricke (v. l.) den Jahresrückblick zusammen Foto: maxpress/ja

WAG und SAE blicken zufrieden auf 2009 zurück

## Resümee zum Jahresende

**Krebsförden** • Gemeinsam blickten die Wasserversorgungs- und Abwasserentsorgungsgesellschaft (WAG) sowie die Schweriner Abwasserentsorgung (SAE) auf die Projekte dieses Jahres zurück.

In diesem Jahr prägte die Bundesgartenschau (BUGA) auch die WAG und SAE. Der seit Langem bestehende Anspruch,

Anlagen zu erneuern und bestehende Systeme zuverlässiger zu machen, wurde im BUGA-Jahr weiter in den Vordergrund gerückt. „Wenn die Wasserversorgung und Abwasserentsorgung von den Menschen unbemerkt im Hintergrund ablaufen, dann haben die Mitarbeiter der WAG gute Arbeit geleistet“, sind sich Geschäfts- und Werkleitung von WAG und SAE einig. Jane Ay



### Nahverkehr Schwerin GmbH

Ludwigsluster  
Chaussee 72  
19061 Schwerin  
Postfach 15 01 42  
19031 Schwerin

#### Zentrale

Telefon  
(0385) 39 90-0  
Fax  
(0385) 3 97 61 53

#### Kundendienstbüro und Fundbüro

Platz der Freiheit  
Telefon  
(0385) 71 06 35  
Öffnungszeiten:  
Mo., Di., Do., Fr.  
09.00 - 13.00 Uhr  
13.30 - 18.00 Uhr  
Mi.  
09.00 - 13.00 Uhr

#### Fahrplanauskunft

(0385) 39 90-222

#### Abo-Service

(0385) 39 90-555

#### Tarifauskunft

(0385) 39 90-666

#### Leitstelle Straßenbahn und Bus

(0385) 39 90-444

#### Service Parken

(0385) 39 90-446

#### Schadens- und Unfallbearbeitung

(0385) 39 90-161

(0385) 39 90-162

#### Internet

www.nahverkehr-schwerin.de

#### E-Mail

info@nahverkehr-schwerin.de

#### NVS Tipp

Fahrplanhinweise für die Feiertage finden Sie im Fahrplanheft auf den blauen Seiten und an Haltestellen.



Am Bertha-Klingberg-Platz entstand eine neue Wendeschleife Fotos: NVS



Die Bauarbeiten in der Wismarschen Straße waren eine logistische Herausforderung

Nahverkehr zieht eine positive Bilanz

## Erfolgreiches Jahr 2009

**Schwerin • Ein erfolgreiches und schönes Jahr neigt sich dem Ende zu. Sowohl Bewohner als auch Gäste Schwerins können auf viele Höhepunkte zurückblicken. Vor allem die BUGA war ein Ereignis, das Vielen im Gedächtnis bleiben wird.**

Bevor die BUGA in Schwerin aber zum Ziel von mehr als 1,8 Millionen Besuchern werden konnte, mussten die logistischen Voraussetzungen geschaffen werden. Der Nahverkehr Schwerin brachte nicht nur die Gäste zur Gartenschau, die mit dem Zug oder vom P&R-Parkplatz Eulerstraße anreisen, sondern bot auch mehr als 7.000 Reisebussen Platz auf dem Betriebshof. Durch die BUGA ist eine positive Bilanz in

den Fahrgastzahlen zu verzeichnen. Damit konnten die nötigen Einnahmen trotz weiter sinkender Schülerzahlen erreicht und die Fahrpreise für die Fahrgäste stabil gehalten werden. Die Landeshauptstadt Schwerin trug die zusätzlichen Zuschüsse für die Schülerzeitkarten auch im Jahr 2009. Vom Land Mecklenburg-Vorpommern gab es Infrastrukturmittel als Unterstützung für Bauvorhaben, wie zum Beispiel die Sanierung der Kreuzung Wismarsche Straße/Arsenalstraße im März 2009, bei dem sowohl die Bauleistungen als auch der Umleitungs- und Ersatzverkehr eine logistische Herausforderung waren. Auch in diesem Jahr konnten in Zusammenarbeit mit Stadt und Land sechs neue Fahrgastunterstände errichtet werden.

Für Kunden des Nahverkehrs

## Autos zu günstigen Konditionen mieten

**Schwerin • Viele Schweriner besitzen kein eigenes Auto. Manche, um ihren Geldbeutel, andere, um die Umwelt zu schonen. Es gibt aber Situationen, da ist ein fahrbarer Untersatz unumgänglich. Inhaber von Abo-Monatskarten können im Kundendienstbüro des Nahverkehrs am Platz der Freiheit oder unter der Telefonnummer (0385) 71 06 35, zu extragünstigen Konditionen ein Fahrzeug mieten. Informationen dazu sind unter www.mietwagencenter-schwerin.de zu finden.**



Thomas Richter vom Mietwagencenter und Manuela Johanson vom Kundendienstbüro NVS übergeben einen Mietwagen



Der Veranstalter des Weihnachtsmarktes hat eine ganze Straßenbahn gestaltet Foto: NVS

Straßenbahn stimmt auf Feiertage ein

## Weihnachtlich unterwegs

**Schwerin • Vom 25. November bis zum 30. Dezember 2009 öffnet der Schweriner Weihnachtsmarkt wieder seine Pforten, um große und kleine Besucher zu verzaubern. Zur Einstimmung auf diese schöne Zeit fährt schon seit Mitte November die Weihnachtsmarkt-Straßenbahn durch die Straßen Schwerins. Damit geht es dann schnell und bequem zu den Höhepunkten auf**

dem Weihnachtsmarkt. Dort erwarten die Besucher eine Rodelbahn, eine Eislaufbahn und die Märchenstraße. Festlicher Lichterglanz, der Duft von Glühwein, gebrannten Mandeln und Tannengrün, Beschaulichkeit und Gemütlichkeit bestimmen das Bild in den Straßen und auf den Plätzen. Und der Weihnachtsmann schaut bestimmt auch vorbei.

*Der Nahverkehr Schwerin wünscht allen hauspost-Lesern ein fröhliches Weihnachtsfest und ein gesundes Neues Jahr!*





Gesunder Spaß im belasso mit sibirischer Banja und beheiztem Badezuber

# Entspannende Saunagänge im Winter

**Schwerin** • Schon Mitte November fiel der erste Schnee. Der Winter mit all seiner Kälte wird nicht mehr lange auf sich warten lassen. Ein gemütlicher Saunagang ist da genau das richtige Kontrastprogramm für kühle und ungemütliche Tage. Zum Erlebnis wird das Saunieren im belasso mit russischen Ritualen und zünftigen Schmaus.

Wer keine Lust mehr auf langweilige Fernsehabende hat, kann sich mit seinen Freunden im belasso zum Saunieren verabreden, denn die Schweriner Sport- und Wellnesslandschaft bietet die richtige Alternative für dunkle Winterabende an.

Nach russischem Vorbild lässt es sich stilvoll in der Banja schwitzen. Die sibirische Sauna sorgt für ein besonderes Ambiente und mit Birkenzweigextrakten für gesunde und entzündungshemmende Aufgüsse. Wer das Zeremoniell bucht, wird zu Beginn mit einem Glas echtem russischen Wodka begrüßt. Während des Saunierens wird zudem Tee, gebraut im Samowar, gereicht. Nach dem Aufguss folgt das eigentliche Ritual mit den Birkenzweigen, den sogenannten Weniks. In der Banja werden die Saunagäste mit diesen abgefächert und abgeklopft. Das regt nicht nur die Durchblutung an und sorgt damit für



Das Abfächeln und Abklopfen mit den sogenannten Weniks verbessert die Durchblutung und das russische Ritual bringt Spaß in den Saunabesuch Fotos: maxpress/max

einen verlangsamt Alterungsprozess der Haut, die natürlichen Düfte der Birke steigern auch das eigene Wohlbefinden.

Ein weiteres Sauna-Highlight im belasso ist das Bierbad im Badezuber. Gemütlich lässt es sich in der Runde zusammensitzen, denn ein holzbefeuertes Ofen im Zuber sorgt ständig für angenehm warmes Wasser. Während des Badens dürfen sich die

Gäste auf einen herzhaften Imbiss sowie zwei halbe Liter Erdinger-Winterbier pro Person freuen.

Alle besonderen Saunaangebote sind im belasso für Gruppen buchbar. Wer schon einen Wunschtermin für sein außergewöhnliches Saunaausflug hat, kann sich Banja oder Badezuber unter Telefon (0385) 48 50 00 reservieren lassen. *ako*

Preisgünstige Angebote als Alternative zu Präventionskursen

## Schmerzen einfach vorbeugen

**Schwerin** • Nicht jeder kann die Vorteile von Präventionskursen nutzen. Nur die gesetzlichen Krankenkassen bezuschussen diese Kurse. Für Kunden, deren private Krankenversicherung oder Beihilfe die Kosten nicht übernimmt, bietet das belasso jetzt kostengünstige Alternativen an.

Über Rückenschmerzen hat sich schon jeder einmal beklagt. Doch für viele sind die Beschwerden tägliche Tortur. Mit dem Gesundheitskurs „Rücken“ kann den Schmerzen im belasso Abhilfe geschaffen werden, ganz einfach und ohne anstrengendes Training. Gezielte Übungen, beispielsweise mit der Flexibar, stärken die Muskulatur. Tipps von den Kursleitern lindern die Beschwerden im Alltag. Der erste Gesundheitskurs „Rücken“ im belasso beginnt am 12. Januar 2010 und findet dann immer dienstags und donnerstags jeweils ab 18 Uhr statt.

Mit dem Gesundheitskurs „Stressbewältigung“ können Betroffene im belasso einer weiteren Volkskrankheit vorbeugen. Schlaflosigkeit, Magenverstimmung oder Kopfschmerzen - Stress sollte im Alltag nicht unterschätzt werden. Mit entspannenden Übungen und hilfreichen Tipps lernen die Teilnehmer, mit Stress und Hektik umzugehen. Der erste Kurs startet im belasso

am 11. Januar 2010 und findet wöchentlich immer montags ab 18 Uhr und mittwochs ab 17 Uhr statt. Beide Gesundheitskurse im belasso umfassen zehn Termine in fünf Wochen. Interessierte zahlen einmalig den Preis von nur 49 Euro. Damit wird nicht nur etwas für die eigene Gesundheit getan, sondern auch der Geldbeutel geschont.

Wer nicht weiter mit seinen Schmerzen leben möchte, für den empfiehlt sich der Besuch im belasso. Weitere Infos gibt es unter (0385) 48 50 00. *Anja Kollrüb*



Während Yoga-Übungen können Körper und Geist entspannen



Geschenkideen

## Das Richtige zu Weihnachten finden

**Schwerin** • Wer noch auf der Suche nach dem richtigen Geschenk für Weihnachten ist, sollte im Dezember im belasso vorbeischauchen. Der Geschenkestand im Foyer der Schweriner Sport- und Wellnesslandschaft hält unter anderem Gutscheine für die Fitness- und Saunawelt des Hauses bereit. Auch Massagen und Kosmetikbehandlungen, speziell für den Mann und die Frau, sind zu finden. Im Online-Shop, unter [www.belasso.de](http://www.belasso.de), gibt es ebenfalls eine große Auswahl an Ideen für die Lieben. So können die Weihnachtseinkäufe ganz bequem von zu Hause aus erledigt werden. *ako*

  
belasso  
Deine Welt.

**Kontakt**  
Ellerried 74  
19061 Schwerin  
(0385) 48 50 00  
info@belasso.de  
www.belasso.de

### Öffnungszeiten

\*\*\*\*\*  
**Saunawelt**  
Montag bis  
Donnerstag  
10.00 bis 23.00 Uhr  
Freitag  
10.00 bis 24.00 Uhr  
Samstag / Sonntag  
10.00 bis 21.30 Uhr

### Fitnesswelt

Montag bis Freitag  
9.00 bis 21.30 Uhr  
Samstag / Sonntag  
9.00 bis 20.00 Uhr

### Restaurant

Montag bis Freitag  
12.00 bis 14.00 Uhr  
und ab 17.00 Uhr,  
Samstag ab 12.00 Uhr,  
sonntags geschlossen,  
jeden 2. Sonntag  
Familienbrunch

### Happy Bowl

Montag bis Sonntag  
ab 17.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

Über die Feiertage  
gelten veränderte Öff-  
nungszeiten.

### Veranstaltungen

#### Freitag, 4. Dezember

Sauna ohne Ende  
„Weihnachtszauber“,  
Beginn 19 Uhr

#### Sonntag, 6. Dezember

Familienbrunch von 10  
bis 14 Uhr, die kleinen  
Gäste können ihre  
Lieblingskekse backen.

#### Donnerstag, 31. Dezember

**Große Silvesterparty**  
mit Sektempfang,  
Gala-Buffer, DJ und  
großem Feuerwerk.  
Der Preis beträgt pro  
Person 84 Euro, alles  
inklusive. Karten unter  
(0385) 48 50 00