

Willkommen in Westpommern | 4

Wo es am schönsten ist | 6

Land & Leute

Westpommern heute | 10

Steckbrief: Westpommern | 11

Landschaft & Umwelt | 12

Küste, Dünen & Moränen | 12

Küstenflora & -fauna | 14

*Die Ostsee – ein Teenager unter den
Meeren | 15*

Naturschutzgebiete | 18

Steckbrief: Wolliner Nationalpark | 19

Pommersche Geschichte | 22

Kultur & Lebensart | 26

Glaube & traditionelle Werte | 26

Sprache | 27

Kunst & Künstler | 29

Musik | 29

Architektur in Westpommern | 30

Essen & Trinken | 32

Typisch polnische Gerichte | 35

Reisepraktisches

Klima & Reisezeit | 38

Ankommen | 39

Unterwegs zwischen Stettin,

Swinemünde & Wollin | 41

Übernachten | 43

Die schönsten Strände | 43

Sport & Aktivitäten | 45

Mit Kindern | 46

Medientipps | 47

Wissenswertes A–Z | 48

Orte & Landschaften

Stettin (Szczecin) | 52

Steckbrief: Stettin | 54

Stadtgeschichte | 54

Sehenswertes in Stettin | 62

Alfred Döblin | 67

Aufstieg und Fall der Familie Loitz | 68

Außerhalb der Roten Route | 80

Land um Stettin | 98

Nach Norden zum Stettiner Haff | 99

Dammscher See (Jezioro Dąbie) | 103

Smaragdsee (Jezioro Smaragdowe) | 103

Der „schiefe Wald“ (Krzywy Las) | 103

Stargard in Pommern (Stargard

Szczeciński) | 104

Swinemünde (Świnoujście) | 106

Steckbrief: Swinemünde | 108

Blick zurück in die Geschichte | 109

Theodor Fontane in Swinemünde | 111

Sehenswertes in Swinemünde | 114

Insel Wollin (Wolin) | 136

Steckbrief: Insel Wollin | 138

Misdroy (Międzyzdroje) | 139

Heidebrink & Dievenow | 150

Wollin Stadt (Wolin) | 153

Cammin (Kamień Pomorski) | 157

Entdeckertouren

Tour 1

Radtour von Swinemünde zu den deutschen Kaiserbädern | 164

Tour 2

Radrundtour über Kamminke zum Wolgastsee | 166

Tour 3

Tour auf dem Haffradweg nach Usedom (Stadt) | 169

Tour 4

Radrundtour zur Insel Kaseburg (Karsibór) | 174

Tour 5

Wanderung von Misdroy nach Lebbin (Lubin) | 176

Tour 6

Wanderung über den Kaffeeberg zu den Wisenten | 180

Kartenregister & -symbole | 186

Register | 188

Impressum | 190

Etwas Polnisch für unterwegs | 191