

Land & Leute | 6

Westpommern heute 8	Pommern im Lauf der Zeit 18
Architektur 10	Landschaft & Natur 22
Polnische Lebensart 12	Besonders nachhaltig & regional 32
Zu Tisch in Westpommern 14	Was ist los in Stettin & Umgebung? 34
Typisch polnische Gerichte 17	

Orte & Landschaften | 36

Stettin (Szczecin) | 38

Grüne Stadt am Wasser 39	
Stadtgeschichte 40	
Stadt im Wandel 47	
Spaziergang durch Stettins Innenstadt 50	
<i>Alfred Döblin</i> 55	
<i>Aufstieg und Fall der Familie Loitz</i> 56	
<i>Dialogzentrum „Przełomy“ (Umbrüche)</i> 65	
Außerhalb der Roten Route 70	
Pariser Viertel 71	
<i>Orion-Plätze in Stettin</i> 71	
<i>Die Goldene Route</i> 72	
Park Kasprowicza 73	
Zentralfriedhof (Cmentarz Centralny) 74	
Museen 76	
Praktische Tipps 78	
<i>Kult-Lokale</i> 80	
<i>Stettiner Brauereien</i> 87	

Land um Stettin | 88

Dammscher See (Jezioro Dąbie) und Landschaftspark Buchheide (Puszca Bukowa) 89	
Dammscher See (Jezioro Dąbie) 89	
Smaragdsee (Jezioro Smaragdowe) 89	
Der „schiefe Wald“ (Krzywy Las) 89	
Stargard in Pommern (Stargard) 90	
Nach Norden zum Stettiner Haff 92	
Pöllitz (Police) 92	
Ziegenort (Trzebież) 93	
Neuwarp (Nowe Warpno) 94	

Swinemünde (Świnoujście) 96
Grenzstadt auf drei Inseln 97
<i>Theodor Fontane in Swinemünde 101</i>
<i>Die preußischen Fortanlagen 106</i>
Sehenswertes in Swinemünde 108
<i>Die Stadt der Promenaden 111</i>
Praktische Tipps 115
Tour 1: Radtour zu den deutschen Kaiserbadern 124
Tour 2: Radtour Kamminke und Wolgastsee 126
Tour 3: Haffradweg nach Usedom (Stadt) 129
Tour 4: Radrundtour Insel Kaseburg (Karsibór) 134

Insel Wollin (Wolin) 138
Naturjuwel mit drei Landschaften 139
Misdroy (Miedzyzdroje) 141
Sehenswertes in Misdroy 144
Wandern rund um Misdroy 149
Tour 5: Von Misdroy nach Lubin (Lebbin) 150
Tour 6: Über den Kaffeeberg zu den Wiesenten 154
Heidebrink & Dievenow 160
<i>Mit dem Fahrrad unterwegs 163</i>
Wollin Stadt (Wolin) 164
Sehenswertes in Wollin Stadt 166
Cammin (Kamień Pomorski) 168

Reisepraktisches | 174

Klima & Reisezeit 176	<i>Die schönsten Strände 183</i>
Ankommen 177	<i>Wissenswertes von A-Z 184</i>
Unterwegs zwischen Stettin, Swinemünde & Wollin 179	Kartenregister und -symbole 186
Übernachten 180	<i>Etwas Polnisch für unterwegs 187</i>
Sport & Aktivitäten 181	Register 188
Mit Kindern 182	Impressum 190
	Westpommern zum Mitnehmen 191