**Protokoll Wellnessbeiratssitzung**

Ort: Hansekogge Koserow

Datum: 21.08.2019 Zeit: 09:15Uhr- 12:30 Uhr

**1. Begrüßung und Einleitung**

* Frau Bensemann entschuldigte sich für die Verspätung und begrüßte die Gäste des Wellnessbeirates der Insel Usedom und bedankte sich bei Frau Raffelt für die Gastfreundlichkeit und die Bewirtung.
* Ein Dank auch an Frau Syfuß, welche sich um ein, dem Sommer angepassten Buffet gekümmert hat.
* Herr Dunkelmann hat sich abgemeldet und somit wurde TOP 4 vorübergehend verschoben.
* Kurze Vorstellungsrunde der anwesenden Mitgliedern
* Es wird darauf hingewiesen, dass wir wie in der Satzung des TVIU, zukünftig Ergebnisprotokolle erstellen

**2. Bestätigung des Protokolls**

* Frau Bensemann bestätig das Protokoll vom 15.05.2019 mit Zustimmung der Anwesenden

**3. Vorstellung des Buffets von Fr. Syfuß (usedomganzgesund)**

Frau Syfuß brachte zur Wellnessbeiratssitzung einige leckere, selbst zubereitete Speisen mit, welche Sie im Zeichen der warmen Jahreszeit empfiehlt. Frau Syfuß stellt sich und Ihre Arbeit / Methoden vor. Sie selbst arbeitet viel mit den Methodiken der Traditionellen Chinesische Medizin (TCM).

Für warme Jahreszeiten sollten dem Körper warme Speisen und Getränke zugeführt werden. Wenn möglich sollte alles gegart sein und nicht roh gegessen werden. Wenn man eine kalte Speise oder Getränk zu sich nehme möchte, sollte man dennoch mit etwas warmen abschließen.

Das Mehl bezieht Sie von der „Adler Mühle“ in 79353 Bahlingen.

Rezepturen der Präsentation:

**Basilikum-Melonen-Smoothie**

½ Honig- oder Cantaloupemelone

100 ml Kokosmilch

3 Stängel Basilikum

¼ Tl gemahlene Vanille

1 Prise Salz

Melone schälen und in große Würfel schneiden

Mit den anderen Zutaten in einen Standmixer geben und pürieren

Es entsteht ein dickflüssiger aber gut trinkbarer Smoothie.

**Basensuppe**

150 – 200g Suppengrün

2 Wacholderbeeren

1 Lorbeerblatt

300g Gemüsemix (Brokkoli, Mangold, Karotten, Kartoffeln, Kohl……)

2 EL Zitronensaft

0,5 – 0,7l Wasser

1 EL Salz

Pfeffer

Suppengrün klein würfeln, mit Salz, Pfeffer, Wacholderbeeren, Lorbeerblättern & dem Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen.

Je nach Gemüsesorte die anderen zeitlich gestaffelt dazugeben.

Die Gesamte Kochzeit liegt bei 25 min, Tomatenstückchen erst die letzten 2 – 3 Minuten hinzufügen.

Mit Zitronensaft abschmecken und mit frischen Kräutern garnieren

**Hirse-Spinat-Laibchen**

350g gekochte Hirse, vom Vortag (schon abgekühlt)

4 Eier

80 g Haferflocken

80g Nuss Mus

100g Spinat, gewaschen und gehackt

1 Tl Kreuzkümmel oder ¼ frisch geriebene Muskatnuss

1 TL Salz

1 großer Bund Schnittlauch

Kokosöl zum anbraten

Abgekühlte Hirse mit den anderen Zutaten mischen: Gewürze, Schnittlauch, Spinat, Eier, Nuss Mus, Haferflocken.

Eine Weile ruhen lassen und dann 12 gleich große Kugeln formen und flach drücken.

Von beiden Seiten gold-gelb braten.

**Gebratene Tomatensuppe**

1,5 kg reife Tomaten

2 mittelgroße, rote Zwiebeln

60 ml Olivenöl

1 ganzer Knoblauch

2 Stängel Rosmarin

Salz

8 – 10 Körner schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

1EL Honig

Zwiebel schälen und in größere Würfel schneiden, Tomaten halbieren und den Strunk entfernen,

Ofen auf 200 ° C vorheizen

Blätter des Rosmarins vom Stängel streifen und mit Tomaten, Zwiebelwürfeln & Öl in einer feuerfesten Form vermengen.

Knoblauch im Ganzen (nicht zerteilen, nicht schälen) in die Mitte setzen.

1 h backen, bis die Zwiebeln weich sind und die Tomaten etwas gebräunt.

Aus dem Ofen nehmen, Knoblauch beiseitelegen.

Alle anderen Zutaten in einem Standmixer pürieren.

Optional: den gebratenen Knoblauch in Stücke schneiden und das cremige Innere herauspressen. Die Hälfte zur Suppe geben und nochmals pürieren. Die andere Hälfte zum Servieren beiseitelegen.

Mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken.

**Zucchini-Gratin**

1,2 kg Zucchini

1 Zwiebel

5 Eier

1 Knoblauchzehe

75g geriebener Bergkäse

1 EL Haferflocken

Muskatnuss

1 El gehackte Rosmarinnadeln

2 EL Olivenöl

1 Tl Salz

Pfeffer

Zucchini waschen und grob reiben

Zwiebel schälen & hacken

Ofen auf 180° C vorheizen

Eier aufschlagen, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, gehackten Rosmarin, Haferflocken, und ¾ des Käses hinzufügen und gut verrühren. Zucchiniraspeln dazugeben und vermischen.

Auflaufform einfetten und mit halbierter Knoblauchzehe ausreiben.

Restlichen Käse auf die aufgefüllte Masse geben und ca. 45 min goldgelb backen.

**6. Auswertung der Berichte zur Ausrichtung der Hotels**

* Folgende Hotels haben Ihren Wellnessbereich vorgestellt.
  + Steigenberger Grandhotel und Spa Heringsdorf
  + Strandhotel Heringsdorf
  + Villen im Park
  + Hansekogge

Die dazugehörigen Bilder und Unterlagen finden Sie im Anhang an das Protokoll.

Zur nächsten Sitzung wird gebeten, dass sich ebenfalls das ein oder andere Hotel mit seiner Wellnessausrichtung vorstellt.

**Hansekogge:** Das Best Western Hotel Hansekogge besticht mit einer Kältekammer mit bis zu -85°C sowie vielen gesundheitlichen Anwendungen.

Es gibt einen Kardiotrainingsraum und verschiedene Sportkreise sowie Physiotherapieanwendungen, die gebucht werden können. Frau Raffelt legt großen wert auf die tägliche Pflege der Wellnessanlage, da diese sehr gut besucht ist. Vor allem Einheimische nutzen die Gesundheitsfördernden Angebote wie Wassergymnastik. Es wird ebenfalls viel Wert auf gut ausgebildete Physiotherapeuten gelegt, da diese größtenteils durch Krankenkassenverordnungen von Einheimischen gebucht werden.

Auch in der Nebensaison ist die Hansekogge gut besucht, dank Ihrer speziellen Gesundheitsfördernden Angebote, auch in Kooperation mit Krankenkassen.

* Herr Schröter von der Barmer erläutert, dass es spezielle Zuschüsse für Urlauber von den Krankenkassen gibt, für besondere Gesundheitsfördernde Angebote. Diese stellt er bei der kommenden Sitzung mit seinem Kollegen Hr. Westpfahl vor.

**7. Neuausrichtung des Wellnessbeirates – Erstellung der Pressemitteilung**

* Der generelle Austausch und Unterstützung untereinander wird angestrebt
* Wellnesslogo könnte erstellt werden, um Hotels mit gepflegtem Wellnessbereich und gewissen Kriterien zu fördern und von anderen Hotels abzuheben
* Eine Wellnessverbindung zur Usedom Tourismus GmbH soll erhalten bleiben
* Überlegung der Einführung eines Day Spa‘s- Bsp. Für 10€ können andere Häuser/ Mitglieder die Wellnessbereiche untereinander kennenlernen
* Poolreinigungsverordnung sollte in der nächsten Wellnessbeiratssitzung besprochen werden
* Frau Kohn teilt uns mit, dass die Vineta Hotels die kommende Wellnessschatzsuche unterstützen werden.
* Sie bittet den Beirat um Sachpreise und Geschenkgutscheine für Erwachsene und Kinder
* Die Wellnessschatzsuche wird am 26.04.2020 von 11- 13 Uhr am Strandabschnitt vor dem Vineta Hotel stattfinden
* Eine Modenschau soll geplant werden bzw. die Nachfrage für weitere Ideen steht im Raum- bitte bei Fr. Kohn melden

**8. Sonstiges**

* Herr Schröter weist auf die Walking Veranstaltung am 1. Novemberwochenende hin
* Die Teilnehmer müssen eine Schutzgebühr von 5€ Startgeld zahlen
* Er bittet um weitreichende Verbreitung und Empfehlung dieses Events sowie weiterer Unterstützung
* Fr. Dr. Lehmann berichtet, dass 2020 der Kinderkurheilwald groß publiziert werden soll
* Die anwesenden Mitglieder bitten um mehr Flyer, Plakate für die Hotels zum aushängen
* Digitale Infos müssen ebenfalls mehr verbreitet werden hierzu
* Es wird um Unterstützung gebeten

Ende 12:30 Uhr

Protokoll Frau Renken TVIU