



WELCOME CENTER
Region Rostock



Leben
in Rostock und Region

Inhalt

Willkommen in Rostock und unserer Region! Hier finden Sie alle wichtigen Informationen, um Ihnen das Ankommen zu erleichtern, damit Sie sich schnell zuhause zu fühlen!

Vor dem Umzug	3
Wichtige Schritte zur Vorbereitung	3
Einen neuen Job finden	3
Für Rostock und die Region arbeitssuchend melden	3
Eine Wohnung finden	3
Unseren Umzugscountdown und Kontakte nutzen	4
Nach dem Umzug	5
Wichtige Schritte für die ersten Wochen	5
Wohnsitz anmelden	5
Medizinische Versorgung	6
Notrufnummern	6
Krankenhäuser (Auswahl)	6
Suche nach Ärzt*innen in Rostock und Region	7
Heimisch fühlen	8
Rostock und die Region entdecken	8
Mobilität und öffentlicher Nahverkehr	8
Carsharing	9
Insidertipps für das erste Wochenende in der neuen Heimat	10
Freizeit genießen in Rostock und der Region	12
Freizeitmöglichkeiten in der Region Rostock	12
Kulturelle Angebote in Rostock und der Region	15
Sport in Rostock und der Region	17
Soziales Engagement und ehrenamtliche Tätigkeit	18
Persönliche Beratung gewünscht? Fragen Sie uns!	18
Ihr persönlicher Kontakt im Welcome Center Region Rostock	19
Ihre Checkliste zum Leben in Rostock und Region	20



Vor dem Umzug

Wichtige Schritte zur Vorbereitung

Der Umzug in eine neue Stadt erfordert manchmal gute Vorbereitungen. Aber nicht nur Rostock ist ein attraktiver Standort für den Neustart am Meer – ein Blick in die Region kann sich lohnen!

Einen neuen Job finden

Rostock und die Region bieten viele Arbeitgeber in vielfältigen Branchen, vor allem in den Bereichen Schiffbau, IT, Maschinenbau und Engineering, aber auch Tourismus, Gesundheitswirtschaft, Forschung und Weiterbildung. Um Ihnen einen optimalen Einblick in Ihre Karrieremöglichkeiten zu geben, haben wir noch eine extra Checkliste zur Jobsuche für Sie bereit.

Für Rostock und die Region arbeitssuchend melden

Für viele Menschen ist der Gang zur Arbeitsagentur mit dem Gedanken an Arbeitslosigkeit verbunden. Wenige wissen, dass man sich jederzeit für einen bestimmten Ort oder eine Region arbeitssuchend melden kann, auch wenn man sich in einem ungekündigten Arbeitsverhältnis befindet. So kann man von den Angeboten der Arbeitsagentur profitieren und sich beraten lassen.

Eine Wohnung finden

Wie lange es dauern wird, bis Sie Ihre Traumwohnung finden, hängt von Ihren individuellen Vorstellungen und Flexibilität ab, aber durch die vielen Möglichkeiten finden viele Zuziehende innerhalb von drei Monaten ein neues Zuhause. Viele suchen auch eine Wohnung in den Kleinstädten der Region, die durch den öffentlichen Nahverkehr hervorragend an Rostock angebunden sind. Auch für das Thema Wohnungssuche haben wir noch eine zusätzliche Checkliste für Sie vorbereitet.



Unseren Umzugscountdown und Kontakte nutzen

Damit der Umzug in das neue Zuhause nicht in Chaos endet, kann es manchmal helfen, die einzelnen Schritte nach und nach abzuhaken zu können. Oder sind Sie auf der Suche nach einem günstigen Umzugsunternehmen? Wir haben die besten Kontakte!

- ❑ Mietvertrag kündigen (Kündigungsfrist und -konditionen im Mietvertrag beachten!)
- ❑ Vorvermieterbescheinigung und Schufa-Auskunft für die neue Wohnung beantragen
- ❑ Renovierungsmaßnahmen planen
- ❑ Termine für Sperrmüll vereinbaren
- ❑ Versorger informieren und Termine vereinbaren
- ❑ Termin zur Wohnungsübergabe vereinbaren und an das Übergabeprotokoll denken
- ❑ Nachsendeauftrag bei der Post

**Wussten Sie...
... dass Sie bei
berufsbedingtem Umzug
die Umzugskosten von der
Steuer absetzen können?
Am besten daher alle
Belege aufbewahren!**

Nach dem Umzug

Wichtige Schritte für die ersten Wochen

Die neue Wohnung ist gefunden und auch der erste Arbeitstag im neuen Job steht vor der Tür. Wir haben Ihnen die wichtigsten Informationen für Ihren Alltag in der neuen Heimat zusammengestellt.

Generell empfehlen wir, mindestens zwei Wochen vor Arbeitsbeginn umzuziehen. An- und Ummeldungen und die erste Orientierung in der neuen Nachbarschaft benötigen häufig mehr Zeit als angenommen, auch haben Behörden z.T. nicht jeden Tag geöffnet.

Wohnsitz anmelden

Nach Ihrem Umzug nach Rostock oder die Region haben Sie 14 Tage Zeit, sich in Ihrem zuständigen Ortsamt zu melden. Wenn Sie eine Mietwohnung haben, benötigen sie zur Anmeldung eine „Wohnungsgeberbestätigung“, die Sie von Ihrem Vermieter bekommen. Vergessen Sie auch nicht, Ihre neue Adresse den wichtigsten Behörden und Vertragspartnern mitzuteilen:

- KfZ-Zulassungsstelle
- Agentur für Arbeit
- Finanzamt
- Banken
- Versicherungen
- Internetanbieter
- GEZ
- Abonnements



Medizinische Versorgung

Die Region Rostock ist als Erholungsregion mit hervorragender Luft und Wasserqualität ein bedeutender Gesundheitsstandort. Eine umfassende medizinische Versorgung wird durch ein dichtes Netz aus Ärzten, Krankenhäusern und verschiedenen Gesundheitsanbietern sichergestellt.

Notrufnummern

Wir empfehlen, die Notrufnummern immer bereit zu halten. Die kostenfreien Rufnummern funktionieren auch, wenn Sie bei Ihrem Mobiltelefon keinen Empfang haben.

Polizei	110
Feuerwehr	112

Wenn Sie sich auf Ihrem Heimweg am späten Abend oder in der Nacht unsicher fühlen, können Sie die Hotline "Heimwegtelefon" anrufen. Dort wird jemand mit Ihnen sprechen, bis Sie sicher zuhause sind.

"Heimwegtelefon" 030 120 74 182

Krankenhäuser (Auswahl)

[Klinikum Südstadt Rostock](#)

Adresse:	Südring 81, 18059 Rostock
Telefon:	0381 44010
E-Mail:	info@kliniksued-rostock.de
Website:	www.kliniksued-rostock.de

[Universitätsklinik Rostock](#)

Adresse:	Schillingallee 35, 18057 Rostock
Telefon:	0381 4940
Website:	www.med.uni-rostock.de/kontakt-notfaelle



KMG Klinikum Güstrow

Adresse: Friedrich-Trendelenburg-Allee 1, 18273 Güstrow
Telefon: 038433 40
E-Mail: guestrow@kmg-kliniken.de
Website: kmg-kliniken.de/kmg-klinikum-guestrow

DRK Krankenhaus Teterow

Adresse: Goethestraße 14, 17166 Teterow
Telefon: 03996 1410
E-Mail: info@drk-kh-mv.de
Website: www.drk-kh-teterow.de

Warnow Klinik Bützow

Adresse: Am Forsthof 3, 18246 Bützow
Telefon: 038461 450
E-Mail: info@warnowklinik-buetzow.de
Website: www.warnow-klinik.de/home.html

Moorbad Bad Doberan - Fachklinik

Adresse: Schwaaner Chaussee 2, 18209 Bad Doberan
Telefon: 038203 930
E-Mail: baddoberan@ebel-kliniken.com
Website: Bitte hier klicken (lange URL)

Sana Krankenhaus Bad Doberan

Adresse: Am Waldrand 1, 18209 Hohenfelde
Telefon: 038203 940
E-Mail: info@krankenhaus-doberan.de
Website: www.krankenhaus-doberan.de

Suche nach Ärzt*innen in Rostock und Region

Die Internetseite der [Kassenärztlichen Vereinigung](#) hält eine Suchfunktion bereit, über die Sie bequem passende Ärzt*innen suchen und passend nach Ort und Fachgebiet auswählen können. Außerdem erhalten Sie gleich Informationen über Öffnungszeiten und Kontaktmöglichkeiten.



Heimisch fühlen

Rostock und die Region entdecken

Was gibt es Schöneres, als die ersten Wochen in dem neuen Heimatort zu verbringen! Hinter jeder Ecke gibt es neue Dinge zu entdecken, das neue Lieblingslokal oder das tolle Ausflugsziel. Wenn Sie mehr Tipps und Empfehlungen brauchen, geben wir Ihnen gern weitere Hinweise!

Mobilität und öffentlicher Nahverkehr

Rostock und die Region sind über den öffentlichen Nahverkehr exzellent vernetzt. Innerhalb Rostocks kann man aus S-Bahn, Straßenbahn, Bussen und Fähren wählen, im Landkreis fahren S-Bahnen, Regionalbahnen und Busse. Mit dem Auto oder dem Flixbus ist man auf den Autobahnen A19 oder A20 in knapp 2 Stunden in den Metropolen Berlin, Hamburg und Szczecin. Der Flughafen Rostock Laage bietet zudem direkte Flugverbindungen nach München, Wien oder direkt zu den schönsten Urlaubszielen Europas. Wer gern mit dem Fahrrad unterwegs ist, findet in der Region Rostock ein gut ausgebautes Radwegenetz und tolle Ausflugsmöglichkeiten.

Wenn Sie in Rostock wohnen, ist die RSAG der örtliche Betreiber der Busse und Straßenbahnen. Die Website oder die Kundenzentren bieten alle Informationen zu Abfahrten und Haltestellenplänen:

[RSAG-Straßenbahne und Busse](#)

Service Center:

[Doberaner Hof, 18057 Rostock](#)

E-Mail:

info@rsag-online.de

Website:

www.rsag-online.de

Es gibt auch eine RSAG-App, mit der Sie bequem von unterwegs die nächste Verbindung herausuchen können.

In der Rostocker Region verbinden hauptsächlich Busse auch kleinste Ortschaften mit den Hauptzentren, wenn kein Bahnhof vorhanden ist. Um beispielsweise zu schauen, wie die Verbindungen von Ihrem neuen Zuhause



zu Ihrem Arbeitgeber sind, besuchen Sie am besten die Webseiten der lokalen Anbieter:

[rebus Regionalbus Rostock](#)

Service Center:

Platz der Freundschaft 16, 18059 Rostock

E-Mail:

info@rebus.de

Website:

www.rebus.de

[Verkehrsverbund Warnow](#)

Service Center:

Im Hauptbahnhof Rostock

E-Mail:

info@verkehrsverbund-warnow.de

Website:

www.verkehrsverbund-warnow.de

Rostock und die Region sind auch sehr gut an das Bahnnetz angebunden. Die Webseiten der Deutschen Bahn halten einige gute Angebote bereit, beispielsweise das **“Mecklenburg Vorpommern Ticket”** – ein Ticket, welches unbegrenzt viele Fahrten an einem Tag in Mecklenburg-Vorpommern und Hamburg erlaubt. Ein Ausflug in die Metropole Hamburg wird somit besonders günstig und bequem.

Am südlichen Ausgang des Rostocker Hauptbahnhofs befindet sich der zentrale Omnibusbahnhof, an dem viele Fernbusse halten. Günstige Verbindungen gibt es vor allem nach Lübeck und Berlin.

Wenn es einmal in die Ferne gehen soll, nutzen Sie den Flughafen Rostock-Laage. Die Buslinie rebus 127 fährt den Flughafen mehrmals täglich an.

[Flughafen Rostock-Laage](#)

Adresse:

Flughafenstraße 1, 18299 Laage

E-Mail:

info@rostock-airport.de

Website:

www.rostock-airport.de

Zusätzlich gibt es noch die Möglichkeit, über eine **Fährverbindung** Skandinavien zu entdecken.

Carsharing

Auch, wenn man in Rostock durch die kurzen Wege und guten Verbindungen nicht zwingend ein eigenes Auto braucht, so braucht man doch manchmal



eine Möglichkeit, schwere Gegenstände wie Möbel zu transportieren oder den ersten größeren Einkauf zu erledigen. Aktuell gibt es zwei Carsharing-Anbieter in Rostock, [Greenwheels](#) und [YourCar](#). Greenwheels hat eine Kooperation mit der RSAG, beispielsweise vergünstigte Konditionen für Besitzer*innen von Monatskarten. YourCar auf der anderen Seite ist ein StartUp von Rostocker Studenten, die in jedem Stadtteil Autos zur Verfügung stellen – und sogar einen Kleintransporter.

Insidertipps für das erste Wochenende in der neuen Heimat

Die Region Rostock ist für seine Lebensqualität, Familienfreundlichkeit und die einzigartige Landschaft berühmt. Sie wohnen nun, wo andere Urlaube machen und können von den zahllosen Freizeitangeboten profitieren.

Wir haben unsere zwei besten Insidertipps für das erste Ausflugswochenende für Sie zusammengestellt:

Hafenrundfahrt

Rostock von einer anderen Seite erleben – am besten mit einer Hafenrundfahrt vom Stadthafen bis nach Warnemünde. Einfach ab aufs Schiff und sich die frische Brise um die Nase wehen lassen, während man Rostock aus einer neuen Perspektive kennen lernt. In Warnemünde gibt es die Möglichkeit, entweder mit dem Schiff oder mit der S-Bahn bequem zurück zu fahren. Klingt nach einem perfekten Tag, oder?

Themenführung durch die Stadt

Eine weitere Möglichkeit, die Geheimnisse und verborgenen Ecken Rostocks kennen zu lernen, ist ein Stadtrundgang mit ehrenamtlichen Stadtführern der [Geschichtswerkstatt](#). Die unterhaltsamen Stadtführungen haben oft ein bestimmtes Motto, wie beispielsweise Kriminalgeschichte, oder widmen sich intensiv einem bestimmten Stadtteil. Entdecken Sie die Geheimnisse Ihrer neuen Heimatstadt oder Ihres neuen Stadtviertels!

Aber nicht nur die Stadt Rostock, auch die Region bietet eine Fülle von möglichen Ausflügen und Freizeitaktivitäten für die ganze Familie. Für das Welcome Center Team war es daher nicht ganz einfach, die zwei besten Tipps für das erste Wochenende in der Region festzulegen – sagen Sie uns gern Bescheid, wie Ihnen unsere Tipps gefallen haben!



Fahrradtour im Hüttelmoor in der Rostocker Heide

Die Rostocker Heide ist ein großer, fast naturbelassener Küstenwald mit wunderschönen alten Bäumen und Küstenv egetation. Der Startpunkt für die Radtour ist Markgrafenheide, von da geht es durch das Hüttelmoor, ein altes Moor direkt hinter den Dünen. Dort können Sie seltene Vögel beobachten und die Natur genießen. Am Ende des Hüttelmoors erreichen Sie Rosenort, ein naturbelassener weißer Sandstrand, der nur mit dem Fahrrad oder zu Fuß erreichbar ist. Abseits vom Touristenstrom können Sie die Strandschwalben beobachten und die wohltuende Ruhe genießen.

Kanutour nach Schwaan

Die Region Rostock wird von ihren vielen kleineren und größeren Seen und Flüssen geprägt. Die Warnow durchfließt fast ganz Mecklenburg und eignet sich hervorragend für Kanutouren. Wenn Sie Ihre Kanutour in Rostock beginnen, kommen Sie an vielen kleinen, pittoresken Dörfern und Wasserastplätzen für ein Picknick vorbei. In der ehemaligen Künstlerkolonie in Schwaan angekommen erwarten Sie hübsche Cafés und eine liebevoll sanierte Altstadt. Für den Rückweg nutzen Sie entweder wieder den Wasserweg oder die S-Bahn.

Wussten Sie...
... dass Sie Rostock und die
Region mit der **Rostock**
****CARD** entdecken können?**
Nutzen Sie die vielen
Rabatte und Angebote!



Freizeit genießen in Rostock und der Region

Die Region Rostock bietet perfekte Erholungsmöglichkeiten in Wassernähe, eine vielfältige Kulturlandschaft, historische Zeugnisse großer Baukunst sowie eine abwechslungsreiche Natur mit hohem Erlebniswert. Den Arbeitstag mit einem Strandspaziergang ausklingen lassen, den Feierabend für einen gemütlichen Einkaufsbummel nutzen, ein bunter Wochenendtag mit der Familie im Wildpark MV oder sich in das lohnenswerte Nachtleben der Städte stürzen – bei uns muss niemand auf etwas verzichten.

Freizeitmöglichkeiten in der Region Rostock

Eine Fahrt mit der nostalgischen Dampfeisenbahn Molli, exotische Tiere live erleben im Rostocker Zoo oder eine Nacht unter Wölfen verbringen im Wildpark Güstrow sind nur einige Highlights des Angebots für Groß und Klein. Selbst bei Schmuddelwetter kann man einen schönen Tag in den Schwimmhallen und Indoorspielplätzen der Region verbringen.

Zoo Rostock

Der Rostocker Zoo hat das ganze Jahr geöffnet und ist mit der Straßenbahn vom Doberaner Platz leicht zu erreichen. Insidertipp: Nach dem Zoobesuch noch ein kühles Bier in der Brauerei Trotzenburg genießen!

Adresse: Barnstorfer Ring 1, 18059 Rostock

Website: www.zoo-rostock.de

Karls Erdbeerhof

Bei Touristen und Einheimischen gleichermaßen beliebt, bietet Karls Erdbeerhof viele Aktivitäten, Geschäfte und Mitmachangebote rund um die rote Nussfrucht. Mit dem Zug vom Rostocker Hauptbahnhof gut zu erreichen



(Haltestelle Rövershagen).

Adresse: Purkshof 2, 18182 Rövershagen

Website: www.karls.de/roevershagen.html

Botanischer Garten Rostock

Kostenfrei das ganze Jahr zugänglich. Der liebevoll angelegte Botanische Garten lädt zu jeder Jahreszeit zum Entdecken und romantischen Spaziergängen ein.

Adresse: Hamburger Str. 28, 18069 Rostock

Website: www.garten.uni-rostock.de

Marine Science Center

Das Marine Science Center in Hohe Düne ist auf jeden Fall einen Besuch wert! Hier können Sie Robben beim Spielen und Trainieren beobachten und einen Einblick in die Lebenswelt dieser faszinierenden Tiere gewinnen.

Adresse: Am Yachthafen 3A, 18119 Rostock - Hohe Düne

Website: www.marine-science-center.de/home-86.html

Kletterwald Markgrafenhede

Hoch in Baumwipfel klettern, auf einem Parcours mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden – das kann ein aufregendes Erlebnis werden! Auch für die ganze Familie geeignet.

Adresse: Warnemünder Str. 20, 18146 Rostock

Website: Keine eigene Website, aber eine [facebook Seite](#)

Historischer Dampfzug „Molli“

Seit über 100 Jahren ist der historische Dampfzug „Molli“ ein Highlight für Groß und Klein. Wenn Sie einen Ausflug nach Kühlungsborn planen oder die berühmte weiße Stadt Heiligendamm besuchen, bietet sich eine Anreise per „Molli“ ab Bad Doberan an. Ein einmaliges Erlebnis!

Website: www.molli-bahn.de

Vogelpark Marlow

Besonders für Kinder ist der Vogelpark Marlow ein tolles Erlebnis. Es gibt viele Tiere zum Anfassen und große, phantasievoll angelegte Spielplätze.

Website: vogelpark-marlow.de



Möchten Sie mehr über kommende Veranstaltungen und interessante Ausflugsziele erfahren? Besuchen Sie unsere Webseite oder informieren Sie sich auf folgenden Seiten:

www.auf-nach-mv.de/veranstaltungssuche

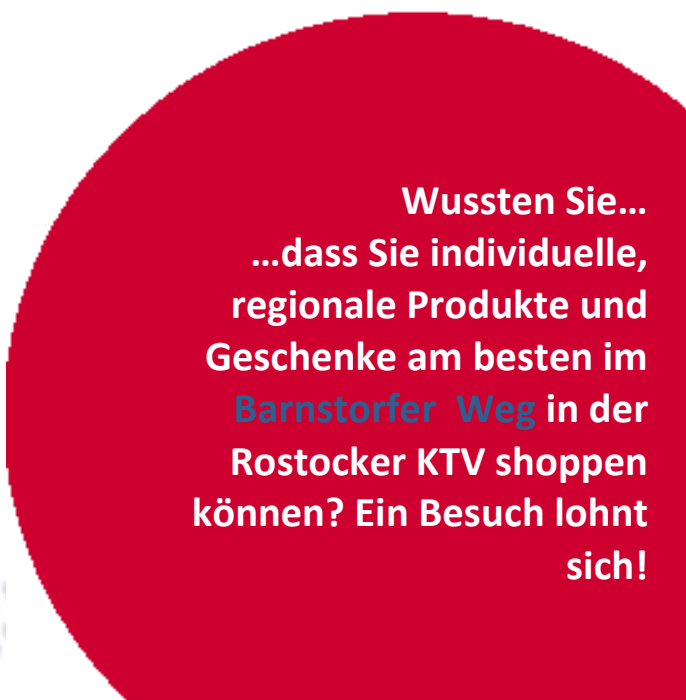
www.kultur-mv.de/veranstaltungen.html

www.piste.de/rostock/events/

szenerostock.de/

www.0381-magazin.de/rostock/termine

In vielen Cafés und Restaurants liegen auch kostenfreie Magazine aus, die aktuelle Veranstaltungstipps und interessante Infos zu Ihrer neuen Heimatstadt enthalten. Einfach mitnehmen und inspirieren lassen!



Wussten Sie...
...dass Sie individuelle,
regionale Produkte und
Geschenke am besten im
Barnstorfer Weg in der
Rostocker KTV shoppen
können? Ein Besuch lohnt
sich!

Kulturelle Angebote in Rostock und der Region

Das kulturelle Angebot in der Region ist einzigartig und vielfältig, geprägt von einer lebendigen Musik- und Literaturszene, spannenden Theaterwelten sowie einer abwechslungsreichen Museumslandschaft. Es gibt Angebote, die Kulturgenuß mit Natur oder kulinarischem Ambiente verbinden. Kulturelle Bildung bieten moderne Stadtbibliotheken, die Volkshochschulen, sowie die Musik-, Kunst- und Medienschulen.

Kulturhistorisches Museum Rostock

Das kulturhistorische Museum bietet eine spannende Auswahl an Dauer- und Sonderausstellungen. Unser Tipp: Die historische Spielzeugsammlung!

Adresse: Klosterhof 7, 18055 Rostock

Website: www.kulturhistorisches-museum-rostock.de

St. Marienkirche Rostock

Ein Muss für jede*n Neu-Rostocker*in: Ein Besuch der mächtigen Marienkirche am Neuen Markt. Besonders faszinierend ist die Astronomische Uhr, ein Wunderwerk der Technik, welche immer noch präzise funktioniert.

Adresse: Bei der Marienkirche 2, 18055 Rostock

Website: www.marienkirche-rostock.de

Volkstheater Rostock

Das Rostocker Volkstheater zeigt klassische und moderne Produktionen, von Schauspiel über Oper und Tanz bis hin zu Crossover.

Adresse: Doberaner Straße 134/135, 18057 Rostock

Website: www.volkstheater-rostock.de

Kunsthalle Rostock

Der einzige Kunsthallen-Neubau der DDR bietet wechselnde Ausstellungen internationaler Künstler*innen.

Adresse: Hamburger Straße 40, 18069 Rostock

Website: www.kunsthallerostock.de/de

Lichtspieltheater Wundervoll (li.wu) – Independent Kino

Das li.wu ist seit Jahren eine Institution in der Rostocker Kunst- und Kulturszene. Im Independent Kino kann man aktuelle und ältere Filme in



verschiedenen Originalsprachen sehen, oftmals mit einer informativen Einführung.

Adresse: Friedrichstraße 23, 18057 Rostock

Website: www.liwu.de

Schloss Güstrow

Diese weiße Perle der Renaissance, das ehemalige Residenzschloss der Herzöge von Mecklenburg, krönt die historische Altstadt Güstrows. Aber nicht nur das Schloss, welches ab 2020 umfangreich instand gesetzt wird, ist einen Besuch wert, auch der erhaltene, kunstvoll angelegte Renaissance Garten verzaubert mit seinen Formen und Farben.

Adresse: Franz-Parr-Platz 1, 18273 Güstrow

Website: www.mv-schloesser.de/de/willkommen-auf-schloss-guestrow

Ernst-Barlach-Theater Güstrow

Das älteste erhaltene Theatergebäude Mecklenburg-Vorpommerns bietet als reines Gastspielhaus eine breite Auswahl unterschiedlichster Produktionen.

Adresse: Franz-Parr-Platz 8, 18273 Güstrow

Website: ernst-barlach-theater.de

Doberaner Münster

In Bad Doberan befindet sich das Doberaner Münster, ein Klosterbau aus dem 13. Jahrhundert mit internationalem Rang. Das gotische Kloster kann besichtigt werden, oft finden Konzerte statt.

Adresse: Klosterstraße 2, 18209 Bad Doberan

Website: www.muenster-doberan.de

Kunstmuseum Schwaan

Dieses kleine, aber feine Museum zeigt ausgewählte Werke aus der Schwaaner Künstlerkolonie seit dem 19. Jahrhundert.

Adresse: Mühlenstraße 12, 18258 Schwaan

Website: www.kunstmuseum-schwaan.de



Sport in Rostock und der Region

Der Zugang zur Ostsee, den Flüssen und Seen sowie die herrlichen Landschaften mit einem gut ausgebauten Netz an Rad-, Wander-, Reit- und Wasserwanderwegen bieten zahlreiche Möglichkeiten direkt vor der Haustür. Segler*innen, Surfer*innen und Kiter*innen finden hier eines der schönsten Reviere Deutschlands. Darüber hinaus gibt es eine ganze Bandbreite an Sportstätten, Vereinen und Clubs, um sich fit zu halten. Für sportliche Höhepunkte sorgen neben dem F.C. Hansa Rostock auch die Basketballer*innen der Seawolvens, die Handballer*innen vom HC Empor Rostock oder die Vollyballer*innen des SV Warnemünde.

Rostock und die Region bieten eine breite Auswahl an Sportmöglichkeiten, allein oder im Verein. Informieren Sie sich auf den Seiten des [StadtSportbund Rostock](#) oder der [Region](#).

Für viele Menschen fühlt sich das Schwimmen im Meer zunächst ungewohnt an, darüber hinaus ist die Ostsee das ganze Jahr über relativ kühl. Es gibt daher auch zahlreiche Möglichkeiten, in Schwimmbädern dem beliebten Sport nachzugehen:

[Flussbad Rostock](#)

Mit der ganzen Familie in die Warnow springen und statt im Sand auf der Wiese liegen – das Rostocker Flussbad ist gerade bei Einheimischen sehr beliebt. Wer mag, kann auch Kanus ausleihen oder Rasenvolleyball spielen. Das Flussbad hat von Mai bis Oktober geöffnet.

Adresse: Mühlendamm 36, 18055 Rostock

Website: www.flussbad-rostock.de.

[Neptun Schwimmhalle](#)

Die Neptun Schwimmhalle im Hansaviertel hat täglich geöffnet. Neben Schwimmkursen kann man auch das Training des Wasserball-Teams besuchen.

Adresse: Kopernikusstraße 18, 18057 Rostock

Website: www.rostock.de/kultur-sport/sport-vereine/sportstaetten/neptun-schwimmhalle.html

Für weitere Informationen und Links besuchen Sie unsere [Website!](#)



Soziales Engagement und ehrenamtliche Tätigkeit

Sich für andere Menschen einzusetzen ist für viele Ehrensache. Ehrenamtliches Engagement kann sehr vielfältig sein und in den verschiedensten gesellschaftlichen Bereichen greifen. Menschen, die sich jahrelang im Ehrenamt engagieren, werden in Rostock mit der Ehrenamtskarte geehrt und profitieren von zahlreichen Vergünstigungen bei Freizeitangeboten. Mehr Informationen auf den Seiten der Ehrenamtsbörse und MitMachZentrale:

[Ehrenamtsbörse of Rostock](#)

[MitMachZentrale of the region of Rostock](#)

Persönliche Beratung gewünscht? Fragen Sie uns!

Bitte fragen Sie uns gern jederzeit nach weiteren Informationen. Wir freuen uns, Ihnen weiterhelfen zu können und Ihnen Ihren Start in unserer schönen Stadt zu erleichtern!



Ihr persönlicher Kontakt im Welcome Center Region Rostock



Isabel Haberkorn
Beraterin
i.haberkorn@region-rostock.de



Anja Barnert
Freiwillige
a.barnert@region-rostock.de

Öffnungszeiten:

Montag	9 – 17 Uhr	Donnerstag	9 – 18 Uhr
Dienstag	9 – 17 Uhr	Freitag	9 – 16 Uhr
Mittwoch	keine Sprechzeit	sowie nach Vereinbarung	

So sind wir erreichbar:



+49 381 381 5451



welcome@region-rostock.de



WelcomeCenterRegionRostock



welcome_rostock









www.welcome-region-rostock.de

So finden Sie uns:

Neuer Markt 1 | 18055 Rostock



Ihre Checkliste zum Leben in Rostock und Region

-  Umzug organisieren und wichtige Dokumente beschaffen
-  Eine neue Wohnung finden
-  Anmeldung beim Ortsamt innerhalb von 14 Tagen nach Einzug, Banken, Versicherungen, Telefondienste etc. über neue Adresse informieren
-  Rostock und Region mit dem öffentlichen Nahverkehr entdecken
-  Einen tollen Ausflug in die Stadt Rostock oder Region machen
-  Zuhause sein und heimisch fühlen!

Impressum

Herausgeber: Region Rostock Marketing Initiative e.V.

Redaktion: Welcome Center Region Rostock

Fotos:©Pixabay ©angelikaheim

Stand: 01.01.2020