



unbezahlbar

AUSGABE 05 / 2023

Waldemar

Das Magazin für die ganze Familie

IN DIESER AUSGABE

Weihnachtsmärkte in der Region → Seite 04 – 11

Freizeitangebote der Region → Seite 12

Kultur zur Weihnachtszeit → Seite 15 – 18

ZULESEN IN FD · VB · HÜN · WAK · MGN · SLZ · BRK · KG

„ART OF CHOCOLATE“ IN FULDA HAT DIE SÜSSESTEN WEIHNACHTSGESCHENKE



Fotos: C. Alt



Wie oft ist man am überlegen: Was könnte ich denn schenken? Qualitativ hochwertig soll es sein, nett verpackt und zu guter Letzt, spielt auch der Preis eine Rolle.

Auf diese Fragen gibt es nur eine Antwort: „Art of Chocolate“ in Fulda. Schokogenüsse, Trüffel, Gebäck, Pralinen um nur vier Posten des umfangreichen Sortiments zu benennen, sind in großer Auswahl im Angebot.

Auch ein umfangreiches

veganes Sortiment wartet auf den Interessenten und könnte so eine spezielle Geschenkfrage beantworten.

Das Besondere am Haus „Art of Chocolate“ ist die Tatsache dass die Firma einen großen Teil seines süßen Sortiments selbst herstellt. Direkt von der Produktion in den Verkauf, ganz ohne den Zwischenhandel, also ist Frische garantiert.

So sind kurze Wege, z.B. in die Filiale Fulda in der Marktstraße 16 (zwischen Tchibo

u. Fielmann zu finden), garantiert. Dort wartet, neben den süßen Köstlichkeiten, auch ein fachlich kompetentes Personal auf Kundschaft.

Wenn möglich wird jeder Wunsch erfüllt, jede Frage beantwortet und jedes Geschenk liebevoll verpackt.

„Unser Anspruch ist es unseren Kunden ein „Rundum Sorglos Paket“ zu vermitteln, mit dem Wunsch dass jeder Kunde/in zum Stammkunden/in wird. Man soll sich bei uns einfach zu

Hause fühlen“ so die Verantwortlichen der Filiale Fulda. Alles in allem stellt dieses Fachgeschäft eine Bereicherung der Fuldaer Geschäftswelt und somit dessen Vielfältigkeit dar, und ist nicht nur zur Advent- und Weihnachtszeit, immer einen Besuch wert. Tauchen Sie einfach ein in die süße Welt des Schokoladengenusses bei „Art of Chocolate“.

Es sei nicht unerwähnt, dass neben Fulda auch in Bad Kissingen eine Filiale die süßen Köstlichkeiten anbietet.

ARTofCHOCOLATE®

Sweet Luxury

BAD KISSINGEN Brunnengasse 2 | **FULDA** Marktstraße 16

ÖFFNUNGSZEITEN Mo. bis Fr. von 10.00 bis 18.00 Uhr und Sa. von 10.00 bis 16.00 Uhr



Inhalt

Vorwort	3
Leitartikel	4
Freizeit	10
Allgemein	14
Kultur	15
Schöner Wohnen	18
Ihr gutes Recht	20
Gesundheit	21
Die letzten Seiten	22

Impressum

Herausgeber:

Waldemar UG
Lübkestraße 6
36043 Fulda
Tel. 01 51 / 17 50 14 89
redaktion@der-waldemar.de
www.der-waldemar.de
USt.-ID. DE293696363

Redaktion & Anzeigen:

Georg Alt
Lübkestraße 6
36043 Fulda

Layout & Design:

novographen
Spitzwiese 7
97688 Bad Kissingen
www.novographen.com

Redaktionsschluss
für die nächste Ausgabe
ist der 27.01.2024

Titelbild:

© Foto: Stadt Fulda/Christian
Tech

HALLO UND GUTEN TAG, WERTE FREUNDE/INNEN UND LESER/INNEN,

Wie heißt es so schön: „Es weihnachtet sehr“ und ich stelle fest da ist was Wahres dran.

Also beginnt nun wieder der große Rummel, der Ansturm auf Geschäfte, Boutiquen und Kaufhäuser (so es noch welche gibt)? Es steht zu erwarten, dass der Mensch, trotz erhöhter Energiepreise, gestiegener Verkaufspreise oder hoher Spritkosten um nur drei Preiserhöhungen zu nennen, das Fest der Stille und der Einkehr wieder falsch interpretiert!

Größer, teurer, und gewaltiger müssen die Geschenke sein, man kann nur bedauernd den Kopf schütteln, leider gibt's dererlei Menschen viel zu viele. Kinderaugen die, auch beim kleinsten Geschenk leuchten? Das ist längst Geschichte und bleibt eher ein Wunsch des Schreibers dieser Zeilen. Denn kleine Geschenke? Geht nicht, weil „das Nachbarkind hat ja ...“

Die Weihnachtsmärkte werden wieder zum Treff um Glühwein in erhöhtem Maße zu konsumieren. Die ursprünglich Idee des Weihnachtsmarktes als Angebotspalette für Geschenke Weihnachtsschmuck u.ä. ist Geschichte und ein unerfüllter Traum. Na, ja vielleicht bin ich einfach zu alt um zu begreifen das es heutzutage so sein muss. Allerdings, wenn ich das anmerken darf, wird es (hoffentlich) die Zukunft bringen das die Menschheit sich besinnt und dem großen Fest der Christenheit wieder die Aufmerksamkeit schenkt, die Weihnachten verdient.

Das die Nacht der Nächte mit der Geburt unseres Herrn wieder in das Gedächtnis jedes einzelnen Menschen Einkehr hält, ist mein ganz persönlicher Weihnachtswunsch.

Ihnen allen wünschen wir, vom Team des Waldemar, ruhige Adventstage, ein Weihnachten wie Sie es sich vorstellen und einen guten Rutsch ins neue Jahr 2024

*Bis bald Ihr
Georg Alt*

**Können Sie trotz Lesebrille
keine Zeitung mehr lesen?
Hören Sie den Fernseher besser
als Sie ihn sehen?**

Wir sind der richtige Ansprechpartner
Osthessens einziger Fachberater für Sehbehinderte.
Kommen Sie zu uns oder rufen Sie uns an.
Wir beraten Sie gerne.


WACHTER

www.optik-wachter.de

Marktstraße 6 • 36037 Fulda

Tel: 0661 72786 • info@optik-wachter.de

Terminvereinbarung empfohlen

LEITARTIKEL

UNSER WEIHNACHTSMARKT IN FULDA

Schöner kann die Vorfreude auf das Fest kaum sein

Den Advent mit allen Sinnen erleben und genießen: Alles ist zauberhaft beleuchtet, es riecht nach köstlichen Maronen, und stimmungsvolle Musik schafft eine vorfreudige Atmosphäre. Das und noch viel mehr erwartet die Fuldaer auf ihrem Weihnachtsmarkt. Vom 24.11. bis 23.12.2023 (26.11. geschlossen) verwandelt sich das barocke Fulda täglich von 11:00 - 20:00 Uhr in eine traumhafte Weihnachtsstadt.

Lauter „gude“ Sachen

Lausche besinnlichen Weihnachtskonzerten beim täglich wechselnden Bühnenprogramm in den Abendstunden, treffe unsere Weihnachtsengel oder singen mit dem Nikolaus. Der Weihnachtsmarkt in Fulda ist so abwechslungsreich wie die Stadt selbst. In der Innenstadt reiht sich ein „Knusperhäuschen“ ans nächste – allesamt mit lauter „guden“ Sachen, wie man bei uns gerne sagt. Regionale Spezialitäten und kulinarische Köstlichkeiten, dazu ein Kinder-Weihnachtsland, ein mittelalterliches Weihnachtsdorf, der Winterwald und der weihnachtliche regio'markt am Buttermarkt lassen nicht nur kleine Kinderaugen groß

werden. Bei dieser Vielfalt geht selbst einem Fuldaer Weihnachtsmarktmuffel das Herz auf.

Spektakuläre Pyramide mit Ausblick

Auf dem Uniplatz steht erneut die über 18 Meter hohe und spektakuläre Pyramide mit lebensgroßen Nussknackern – traumhaft dekoriert



und beleuchtet. Genieße aus der Gaststube in der zweiten Etage einen einzigartigen Blick über den Weihnachtsmarkt mit seinen liebevoll geschmückten Buden. Und treffe dich hier in dieser einzigartigen Kulisse bei Bratwurst und Glühwein mit Familie und Freunden.

Ein Fest für Kinder

Im Kinder-Weihnachtsland auf dem Borgiasplatz kommen die Kleinen auf ihre Kosten: Immer an den Adventswochenenden dürfen sich hier Familien mit Kindern über ein abwechslungsreiches Programm freuen. Auf der Bühne treten Magier auf, sind Theaterstücke zu sehen oder spielen Musikerinnen

Faszinierende Zeitreise ins Mittelalter

Erlebe im mittelalterlichen Weihnachtsdorf eine Zeitreise zurück ins Mittelalter - mit Gauklern, Handwerkern, Mägden, Bauern, Rittern und Edelleuten. Du kannst dir vorstellen: Der Museumshof, umringt von historischen Mauern, ist wie geschaffen dafür. Tauche ein in eine andere Welt, mit einem besonderen Duft von Räucherstäbchen, leckeren Speisen und Getränken, die in uralten Gefäßen serviert werden. Erfreue dich an Gauklermusik, fröhlichen Tänzen und Buden mit außergewöhnlichem Kunsthandwerk. Das mittelalterliche Weihnachtsdorf ist ein wahrer Streifzug durchs Mittelalter, ein Spectaculum für die Sinne.

Verwunschener Winterwald

Wer sich nach dem Weihnachtsmarkttreiben nach etwas Ruhe sehnt, dem sei der Winterwald empfohlen. Große, duftende Tannensäulen, kleine Holzbuden mit einem reichhaltigen kulinarischen Angebot und ausgezeichnetem Glühwein und Punsch laden zum Verweilen ein. Und zum Einstimmen auf die besinnliche Weihnachtszeit. Dafür sorgen eine

WEIHNACHTS MARKT Fulda

glanzvoll illuminierte Kulisse und dezente Weihnachtsmusik. Hier in diesem verwunschenen Wald lässt sich die Vorfreude auf Weihnachten so richtig genießen.

Der weihnachtliche regio'markt als besonderes Highlight

Handwerkerinnen und Handwerker, Erzeugerinnen und Erzeuger und Manufakturen aus der Region Fulda und Hessen präsentieren im Wechsel ihre nachhaltig und regional erzeugten Produkte. Lasse dich in der charmanten und gemütlichen Umgebung des Buttermarktes zum Entdecken, Probieren und Erleben einladen. Für spielerische Abwechslung sorgt eine Eisstockbahn sowie die historische Karussellbar mit 1.500 Lichtern. Genieße außerdem kulinarische Genussmomente mit typischen Speisen aus der Region. Die Fuldaer wissen: Vom „Rhöner Kaiserschmarrn“ etwa kann sich jeder Hüttenwirt in den Bergen noch etwas abgucken.

Hüttenzauber - Weihnachtszauber

Weihnachtszeit – Geschenkzeit. Bringe deinen Liebsten ein originelles Geschenk vom Fuldaer Weihnachtsmarkt mit. Eine zauberhafte Hütte neben der anderen begeistert mit künstlerischen Figuren, Handwerkskunst per excellence und weihnachtlichen Accessoires. Engelschöne Krippenfiguren, mollig warme

Wintersocken und funkelnde Weihnachtssterne machen einem die Entscheidung nicht leicht.

Der Weihnachtsmarkt in Fulda ist mehr als ein traditioneller Markt. Neben den klassischen Köstlichkeiten und Weihnachtsangeboten an den Ständen auf dem Universitätsplatz erwartet dich ein umfangreiches, vielfältiges und kulturelles Programm mit über 70 Veranstaltungen von Auftritten der Fuldaer Turmbläser, adventliche Orgelmusik, Konzerte von regionalen Musikern, Musikvereinen, Bands oder Chören aus der Region.

Eröffnet wird der Fuldaer Weihnachtsmarkt am 24.11.2023 um 17:00 Uhr durch Oberbürgermeister Dr. Heiko Wingefeld auf der Bühne am Universitätsplatz. Mit dem Kinder-Weihnachtsland auf dem Borgiasplatz gibt es wieder einen Bereich explizit für Kinder und Familien, dort gibt es ab 16:30 Uhr die große Kinder-Weihnachtsparty mit Martin Pfeiffer.

Mit einem Besuch auf dem Weihnachtsmarkt in Fulda kann die Vorfreude auf Weihnachten kaum schöner sein.

TIPP: Im historischen Barockviertel findet am Samstag, 16. Dezember um 18:00 Uhr Fuldaer Weihnachtssingen vor imposanter Domkulisse, mit Chor und Band statt.



Weitere Informationen, Kontakt und Buchung unter
www.weihnachten-fulda.de / www.tourismus-fulda.de

3. Winter Varieté Fulda 2023 / 26.-30. Dezember 2023

DIRK DENZER 'ANANDA' – INTERNATIONALES VARIÉTÉ UND SPIRIT MUSIC



Foto: Alexander Brandl

Nach zwei äußerst erfolgreichen Winter Varietés in der Orangerie in Fulda, inszeniert Dirk Denzer vom 26. bis 30. Dezember 2023 das 3. Winter Varieté Fulda mit seiner wunderbaren Show ANANDA.

Mit ANANDA haben sich Dirk Denzer und sein Team einen lang gehegten Traum erfüllt. ANANDA heißt aus dem Sanskrit übersetzt so viel wie "freudige Glückseligkeit". Die BesucherInnen der Show tauchen ein in eine Welt voller glückseliger und freudiger Momente aus Akrobatik, Poesie und Spiritualität. Sie erleben eine unvergessliche Show, die nicht nur auf der Bühne stimmungsvolle Bilder erzeugt, sondern auch tief im Inneren der Menschen.

Zauberhafte Augenblicke der Seifenblasenkunst, Körper-Jonglage, Handstand-Artistik, Luftakrobatik und Balancekunst wechseln sich ab mit leisem Glasharfenenspiel, hintergründiger Comedy und Überraschungsgästen aus der Fabelwelt.

Variété-Kunst von Weltformat verschmilzt hier mit spirituellen Bildern und Texten. Begleitet von Klängen für Körper, Geist und Seele. Live gesungen. Live gespielt von der Band Jadoo Ananda. Ein einzigartiges Konzept, das die Kunstform „Variété“ erneuert. Eine bezaubernde Show. Mal leise, atemberaubend und geradezu überirdisch. Mal schwung- und kraftvoll. Immer berührend und unter die Haut gehend. Eindrucksvoll in Szene gesetzt von Weltklasse-Künstlern. Absolut sehenswert!

Diese faszinierende Inszenierung feierte ihre umjubelte Premiere in diesem Jahr beim 7. Internationalen Variétéfestival in Sennfeld. Wer die Show in Sennfeld verpasst hat, hat nun die Chance die Faszination von ANANDA in Fulda live zu erleben. Und wer im Mai bereits dabei war, darf gern noch einmal kommen bzw. die Show an seine Freunde weiterempfehlen oder verschenken. ANANDA Tickets: eine wunderbare Ge-

schenkidee zum Weihnachtsfest 2023!

Seit mehr als 30 Jahren konzipiert, inszeniert und produziert Dirk Denzer erfolgreich anspruchsvolle Shows und Events. Kulturveranstaltungen ebenso wie nationale und internationale Firmenevents. Als Moderator, Musiker und Entertainer steht der renommierte Variétékünstler zudem regelmäßig selbst auf der Bühne. Seine Shows wurden in dieser Zeit von nahezu einer Million Menschen besucht, gefeiert und mit

Stehendem Applaus bedacht.

Weitere Infos und Tickets für die mit zahlreichen internationalen Topacts besetzte Show ANANDA und auch für Pauschalen in einem Hotel der gewünschten Kategorie finden Sie auf www.wintervariete-fulda.de.

Tickets erhalten Sie ebenfalls an allen bekannten VVK-Stellen, bei www.reservix.de oder unter der Ticket-Hotline +49 69 - 902 839 86 (tägl. von 6 bis 22 Uhr zum Festnetzstarif).

Dirk Denzers
neue Show
»ANANDA«

Das ideale
Weihnachts-
geschenk!

26.-30. DEZEMBER 2023
ORANGERIE FULDA

Tickets, Infos und Arrangement: wintervariete-fulda.de

LEITARTIKEL

WEIMARER WEIHNACHT

Advent und Feiertage in der historischen Innenstadt

Wenn die Weimarer Innenstadt in der Dämmerung im Lichterglanz erstrahlt, flinke Kufen über die Eisfläche rund um das Goethe- und Schiller-Denkmal flitzen, sich der Duft von gebrannten Mandeln mit Glühweingewürzen mischt, dann hat die Weimarer Weihnacht begonnen. Die vier ältesten Plätze der Innenstadt verwandeln sich in gemütliche Weihnachtsdörfer.

In diesem Jahr überrascht Weimar mit einem neuen Konzept, zu dem auch die Weihnacht bei Goethe vor seinem Wohnhaus am Frauenplan gehört. Weimar empfängt seine Besucher bis über die Feiertage und Silvester hinaus im festlichen Kleid: bis zum 30. Dezember dauert das bunte Treiben am Frauenplan und auf dem Markt, am Theaterplatz locken Eisbahn und Hammer-Alm sogar bis zum 7. Januar.

Traditioneller Marktplatz

Auf dem Marktplatz stehen traditionell der prächtige Weihnachtsbaum und die große Weihnachtspyramide. Für Kinder und Familien gibt es ein bezauberndes Programm rund um die Märchenhütte mit Kerzenwerkstatt und Geschichten. Auftritte von Chören und Bläserensembles an den Wochenenden sorgen für andächtige Pausen im Adventstrudel. Das Rathaus wird zum Adventskalender, den

der Weihnachtsmann täglich besucht, um vor staunenden Kindern ein Fenster zu öffnen.

Weimarer Weihnacht bei Goethe

Der festlich geschmückte Frauenplan vor Goethes Wohnhaus wird erstmals in die Weimarer Weihnacht einbezogen. Kunsthandwerker und Töpfer bieten hier ihre Waren an. Hochwertige Winzerglühweinstände und regionale Spezialitäten sorgen auch hier für das leibliche Wohl. Ort und Angebote laden zum längeren Verweilen ein.

Eispektakel für die ganze Familie

Schlittschuhlaufen inmitten der Weimarer Altstadt umrahmt von einzigartiger Kulisse: Die Eisbahn vor dem Deutschen Nationaltheater erfreut große und kleine Eisläufer und ist bei flotter Musik ein beliebter Treffpunkt. Die Hammer-Alm, Thüringer Fisch-Spezialitäten sowie andere kulinarische Angebote garantieren für die gute Stimmung bis in die Abendstunden.

Weihnacht auf dem Herderplatz

Der schön geschmückte Weihnachtsbaum vor der Stadtkirche St. Peter und Paul verbreitet eine weihnachtliche Atmosphäre auf dem Herderplatz. Hier erwartet die gemütlich-warme Glühweinhütte die Besucher mit

schmackhaften Getränken und wechselndem Imbissangebot und ein neuer Stand mit heißen Spezialitäten nach historischen Rezepten.

An den Adventswochenenden überraschen besondere Attraktionen die Besucher. Außerdem laden kleine, feine Adventsmärkte wie im Bienenmuseum (9. + 10.12.), in Niedergrunstedt (16.12.) oder

die moderne Variante der Bauhaus-Studenten (9.12.) in und um Weimar zu zusätzlichen Entdeckungen ein.

Unter dem Motto „Weimarer Weihnachtsgeschichten“ gibt es freitags und samstags, jeweils 16 Uhr, besondere Stadtführungen, die mit Glühwein oder Kinderpunsch enden. Treffpunkt ist die Tourist Information am Markt 10.

weimar
Kulturstadt Europas

Weimarer Weihnacht

28. 11. 2023 – 7. 1. 2024



10. 12. | 11 – 17 Uhr
Verkaufsoffener Sonntag
www.weimar.de/weihnacht



BURGENWEIHNACHT IM HISTORISCHEN SCHLITZ

Wenn am Ende des Jahres die Uhren endlich wieder etwas langsamer gehen, trifft man sich hier gerne mit Freunden auf einen Glühwein – denn dieser Weihnachtsmarkt ist wirklich etwas Besonderes: Riesige rote Leinenbahnen verwandeln den mächtigen Bergfried in die „Größte Weihnachtskerze der Welt“. Kein Wunder, wenn sich manch ein Besucher auf dem adventlich geschmückten Marktplatz darunter fast vor- kommt wie ein Weihnachts- wichel...

Zu diesem ganz besonderen Weihnachtsmarkt laden wir herzlich in die romantische Burgenstadt Schlitz ein. Wo gibt es schon eine große rote Kerze, die schon von weitem auf das bevorstehende Weihnachtsfest einstimmt. Sie ist 42 Meter hoch und kann bequem mit dem Fahrstuhl erklommen werden. Dabei ist die Kerze nicht aus Wachs – nein, es handelt sich um den alten Wehrturm, der Bestandteil des Burgensembles der



Foto: Gemeinde Schlitz

alten Fachwerkstadt ist, der in der Weihnachtszeit ein Kleid aus rotem Tuch erhält. Auf der Spitze des Turmes thront eine mit elektrischen Glühbirnen versehene Nachbildung der Kerzenflamme.

Wieder erwartet die Besucher der Schlitzer Burgenweihnacht ab Freitag, den 01.12., jedes Wochenende ein umfangreiches Programm, Live-Musik, Verkaufsausstellungen, Kinderkarussell und natürlich leckeren Glühwein.

Ein umfangreiches Musikprogramm mit Musikvereinen und Chören aus der Region wird auch in diesem Jahr wieder auf der Bühne vor dem Rathaus geboten. Kinderkarussell, Märchenerzählerin oder auch der Besuch von Nikolaus mit seinen Rentieren erfreuen besonders die kleinen Besucher.

Offene Stadtwächterführungen, historische Stadtführungen sowie Führungen in der Destillerie mit Verkostung der

breiten Produktpalette und Einkaufsmöglichkeiten im Hofladen runden das Angebot ab.

Natürlich „muss“ man auch auf die Kerze auffahren und einen Blick auf die Stadt und den Weihnachtsmarkt genießen.

Alle Informationen zum Weihnachtsmarkt, dem Veranstaltungskalender und Impressionen der vergangenen Jahre finden Sie unter www.burgenweihnacht.de

KLASMARKT – DER TANNER WEIHNACHTSMARKT

Alljährlich am dritten Donnerstag im Dezember lebt die Rhönstadt Tann eine alte Markttradition wieder auf. Bei weihnachtlicher Musik und im Zauber der Weihnachtsbeleuchtung feiert man brauchtümlisch den „Klasmarkt“. Der Duft von Glühwein, gebrannten Mandeln, Zwibbelsploutz und Gegrilltem erfüllt die Straßen und verbreitet Weihnachtliche Stimmung.

So reihen sich am 21. Dezember vor der malerischen Kulisse des Tanner Marktplatzes Stände mit Bekleidung,

Hausrat, Gewürzen, Honig, Rhöner Wurst und allerlei Gebrauchsgegenständen auf.

Spielzeug und Süßigkeiten lassen Kinderherzen höher schlagen und bei Anbruch der Dunkelheit überreicht der Nikolaus ein kleines Geschenk an besonders brave Kinder. Für das leibliche Wohl ist an so einem Tag natürlich auch bestens gesorgt. Neben Bratwurst, Backwerk, Glühwein und heißem O-Saft wird der Tanner „Marktteller“ angeboten. Da kommen alle Marktbesucher voll auf ihre Kosten!



Foto: Gemeinde Tann

Willkommen zum

TANNER ²⁰²³ KLASMARKT

21. DEZEMBER | AB 10:00 UHR

WEIHNACHTLICHER KRAMMARKT

Am Sonntag, 10. Dezember 2023 (2. Advent) wird Gersfeld das Ziel von vielen Besuchern sein, die den traditionellen Gersfelder Weihnachtsmarkt erleben wollen. Weihnachtliches Flair erwartet die Besucher auf dem von schönen Fachwerkhäusern umsäumten Marktplatz zwischen Rathaus und Barockkirche.

Geschmückte Holzhütten mit kulinarischen Köstlichkeiten und Kunsthandwerk stehen am historischen Marktplatz; an Ständen mit Geschenk- und Kunstartikeln, Weihnachtsdekoration, Kalender, Holzspielwaren, Kerzen und Bastelartikeln findet man sicher ein passendes Weihnachtsgeschenk für jeden Geschmack und Geldbeutel.

Ebenso angeboten werden Rhöner Produkte von Direktvermarktern, weihnachtliche Plätzchen, Süßigkeiten und Leckereien. Die einheimische Gastronomie und Gersfelder Vereine sorgen in bewährter Weise für das leibliche Wohl.

Zur stimmungsvollen Atmosphäre trägt wieder ein abwechslungsreiches Programm für die ganze Familie bei. Gegen 16:00 Uhr hat dann der Nikolaus seinen Besuch am Marktplatz angekündigt!

Bereits am Samstag-Abend ist der Markt geöffnet – denn hier findet um 18:00 Uhr in der wunderschönen Barockkirche am Marktplatz ein Irish Folk-Pop-Konzert von Clemens Bittlinger unter dem Motto: „Bilder der Weihnacht“ statt. Der Eintritt zum Konzert beträgt 10,00 EUR – die Eintrittskarten erhalten Sie im Vorverkauf, ebenso auch an der Abendkasse. Nach dem Konzert ist dann gemütliches Bummeln und/oder ein Pläuschchen bei einem heißen Getränk am Weihnachtsmarkt bis ca. 22:00 Uhr möglich.

Am Sonntag ist der Markt von 11:00 bis 18:00 Uhr geöffnet.

Gersfelder Weihnachtsmarkt

Sa | 09. Dezember
Ab 17:00 Uhr

So | 10. Dezember
11:00 – 18:00 Uhr

Clemens Bittlinger
LIVE „Bilder der Weihnacht“
Sa. 18:00 Uhr,
Barockkirche
am Marktplatz

Die Gersfelder
Gastronomie und
Vereine freuen
sich auf deinen
Besuch!

Schlemmereien
Kunsthandwerk
Rhöner Produkte
Unterhaltungsmusik

www.gersfeld.de



**Orgelbaumuseum
Schloss Hanstein**
Ostheim vor der Rhön

Orgelbaumuseum Ostheim e.V. • Paulinenstraße 20 • 97645 Ostheim v. d. Rhön
Tel.: 09777 1743 • E-Mail: info@orgelbaumuseum.de

Öffnungszeiten: Mittwoch – Samstag: 10.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 17.00 Uhr,
Sonntag und Feiertag: 13.00 – 17.00 Uhr

Führungen nach Voranmeldung • www.orgelbaumuseum.de



Orgelbau und Orgelmusik – Immaterielles Kulturerbe der UNESCO seit 2017



LEITARTIKEL

VORWEIHNACHTSZEIT IN MELLRICHTSTADT

In der Vorweihnachtszeit lohnt sich ein Besuch in Mellrichstadt ganz besonders. Zur stimmungsvoll geschmückten Innenstadt gibt es viele zusätzliche Highlights.

Zum einen dürfen am Stadteingang wieder die beleuchteten Rentiere bewundert werden, zum anderen am Linsenbrunnenplatz die große beleuchtete Christbaumkugel. Beide sind zu tollen Selfie-Points geworden. Die Schlittschuhbahn sorgt ab 1. Dezember bei Groß und Klein für viel Spaß. Auch der Nikolaus besucht die Kinder auf dem Marktplatz und eine große Weihnachtsverlosung zieht sich durch den Dezember.

Ein besonderer Blickfang ist der zum Zauberwald verwandelte Stadtpark. Viele Weihnachtsbäume, die von den Schülerinnen und Schülern der Malbach-Grundschule geschmückt werden, sorgen dort für eine einzigartige Atmosphäre in einem zauberhaften Ambiente. Die feierliche Eröffnung mit Rahmenprogramm durch die Grundschule findet dort am 13. Dezember um 15:00 Uhr statt.

Wenn sich rund um den Marktplatz der Duft von

Glühwein und gebrannten Mandeln mit vielen weiteren Leckereien vermischt, ist es dann wieder so weit: Der Mellrichstädter Weihnachtsmarkt öffnet am 3. Advent seine Tore.

Bereits zum 25. Mal lädt der Nostalgische Weihnachtsmarkt Besucher aus nah und fern ein, um zu bummeln, schlemmen, Freunde zu treffen oder die letzten Weihnachtsgeschenke zu erstehen. Auf die kleinen und großen Besucher wartet ein vielfältiges und ausgesuchtes Angebot.



Los geht es am Samstag, 16. Dezember ab 13:00 Uhr, denn da eröffnet der Weihnachtsengel traditionell mit dem Bürgermeister den Markt. Neben den kulinarischen Köstlichkeiten findet man zahlreiche Kunsthandwerker und

Aussteller, die ihr vielfältiges Angebot unterbreiten. Unter anderem gibt es Christbaumschmuck, Krippen und Zubehör, Holzwaren, Glaskunst, Töpfereien, Filz- und Wollhandarbeit, Gesticktes, Genähtes, Gedrechseltes und personalisierte Geschenkkideen.

Viele Geschäfte öffnen ihre Türen an diesem Tag länger, um die Gelegenheit zum späteren Einkaufsbummel zu bieten. Für die Kleinen gibt es ebenfalls viel zu sehen und noch mehr zu erleben. So stellen die Eisenbahnfreunde

in der Markthalle wieder ihre verschiedenen Modelleisenbahnen aus. Diese fahren durch Landschaften, die in liebevoller Handarbeit erschaffen wurden.

Auf dem Marktplatz kann man

nach Herzenslust auf der großen Schlittschuhbahn seine Runden drehen und auch der Mellrichstädter Weihnachtsengel verteilt kleine Überraschungen an die Kinder. Außerdem gibt es wieder ein Gewinnspiel, bei dem man tolle Einkaufsgutscheine gewinnen kann.

Der Weihnachtsmarkt hat am Samstag bis 19:00 Uhr geöffnet. Danach wird es erstmalig eine „After-Markt-Party“ im Fronhof geben. Ungezwungen und mit bester musikalischer Unterhaltung kann man hier den Abend ausklingen lassen. Am Sonntag, den 17. Dezember öffnet der Weihnachtsmarkt von 12:00 – 18:00 Uhr.

An beiden Tagen wird der Markt mit stimmungsvoller Musik durch Musikkapellen aus der Region umrahmt. Zum Abschluss des Weihnachtsmarktes verteilt der Weihnachtsengel kleine Geschenke an die Kinder, über die sie sich noch lange freuen können. Der Eintritt ist in Mellrichstadt wie gewohnt frei.

Nähere Informationen zum Programm und den Veranstaltungen in der Vorweihnachtszeit in Mellrichstadt gibt es unter www.mellrichstadt.de.

DIE PERFEKTE WEIHNACHTSGANS

Ein Rezept von Alexandra Bleuel

Weihnachten steht vor der Tür. Nun beginnt die heiße Phase für Herbert und Alexandra Bleuel. Zusammen betreibt das Ehepaar den Geflügelhof Bleuel in Hofbieber. Für die Bleuels steht die artgerechte Haltung der Tiere mit gentechnisch freien Futtermitteln an erster Stelle. Sobald man das Ortschild von Hofbieber passiert, entdeckt man eine große Wiese, auf der sich eine der Herden Gänse des Geflügelhofs befindet. Die Tiere

werden in Freiland gehalten und ausschließlich mit Futter aus eigenem Anbau gefüttert.

Die ersten Vorbestellungen für den Weihnachtsbraten erhält der Geflügelhof Bleuel schon im August. Die Bestellungen können dann im Dorfladen nebenan abgeholt werden, indem man neben frischem Geflügel, Geflügelwurst, Eier aus Bodenhaltung, Hausmacher Suppen sowie Rhöner Eiernudeln, eine große Auswahl an



regionalen, qualitativ hochwertigen Produkten findet. Betrieben wird der Laden von Anna und Lisa, den beiden Töchtern der Bleuels.

Oft wird Alexandra Bleuel nach dem Rezept für die perfekte Weihnachtsgans gefragt.

ZUTATEN

- Eine Gans vom Geflügelhof Bleuel (ca. 4,5 kg)
- Gänse / Enten-Knusprig Gewürzsalz (erhältlich im Dorfladen Hofbieber)
- 2 Zwiebeln
- 5 kleine Apfel
- Ein Bund Suppengemüse

REZEPT FÜR 4 BIS 5 PERSONEN

1

Den Backofen auf 200° vorheizen.

Die Gans innen und außen waschen, trocknen und innen mit etwas Gewürzmischung würzen. Äpfel und Zwiebeln putzen, vierteln, die Gans damit füllen und zubinden. Nun den Braten auch von außen würzen.

2

Suppengemüse waschen, klein schneiden und in ein tiefes Blech geben. Die Gans auf die Brustseite auf das Gemüse legen. Magen, Herz und Hals dazulegen. Das Blech auf der zweiten Schiene von unten in den Ofen geben und solange darin lassen bis Gans und Bratgut Farbe angenommen haben. Temperatur auf 180° reduzieren und mit ca. 500 ml Wasser übergießen

Faustregel: Eine Stunde pro Kilo. Bei 4,5 kg also viereinhalb Stunden braten. Während dieser Zeit die Gans mehrmals mit etwas Wasser begießen.

3

Nach ca. drei Stunden den Braten aus dem Ofen nehmen, Gans wenden und auf ein Rost legen. Die Brustseite nachwürzen. Rost nun wieder in den Ofen schieben und das Blech darunter schieben. Innerhalb der letzten Stunde, die Gans ca. dreimal mit dem ausgetretenen Fett und Bratensatz begießen.

4

Nach Ablauf der Bratzeit, Gans aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. Bratgut nun durch ein Sieb in den Topf geben. Die Soße kurz stehen lassen, damit sich das Fett abtrennt. Entfetten, abschmecken und ggf. mit etwas Speisestärke binden.



DORFLADEN
von allem abgesehen

Fuldaer Straße 27a 36145 Hofbieber
06657/9185214 info@derdorfladen.de

Denken Sie daran, Ihr *Weihnachtsgeflügel* rechtzeitig zu bestellen.

Frische Gänse	15,90 Euro
Frische Bauernente	14,90 Euro
Frische Pute	11,90 Euro

Öffnungszeiten:
Mo- Fr: 08:00 - 18:00 Uhr
Sa: 08:00 - 13:00 Uhr





Foto: Kloster Veßra

036873-69030 oder per Mail:
info@museumklosterveßra.de

Weihnachtskonzert im Advent

Ebenfalls am 3. Advent, am 17.12.2023, lädt das Museum um 16 Uhr zum Weihnachtskonzert in die beheizte Torkirche ein. Der Meininger Kammerchor präsentiert unter Leitung des Meininger Stadtkantors Sebastian Fuhrmann in seinem anspruchsvollen Programm weihnachtliche Werke von in Thüringen geborenen bzw. hier ehemals arbeitenden Komponisten, u. a. Michael Praetorius, Max Reger und Johann Eccard.

FREIZEIT

DAS MUSEUM IM DEZEMBER 2023

Besonders in der kalten Jahreszeit ist ein Besuch im Hennebergischen Museum Kloster Veßra mehr als lohnenswert. Neben der romanischen Klosteranlage sind die liebevoll eingerichteten historischen Fachwerkhäuser mit ihren vielleicht schneebedeckten Dächern ein Publikumsmagnet. Das sechs Hektar große Freilichtmuseum lädt zu malerischen Winterspaziergängen ein und hält wundervolle Fotomotive bereit. Außerdem bieten die mehr als 30 Ausstellungen auch bei winterlichem Wetter ein erlebnisreiches Indoor-Angebot für Groß und Klein und eine Zeitreise in über 400 Jahre fränkische Bautradition und bäuerliche Lebensweise sowie 900 Jahre Klosterkultur.

Weihnachtspresents aus dem Museum

Jedes Jahr aufs Neue stellt sich die Frage, was ich meinen Liebsten unter den Baum lege. Dabei ist die Lösung ganz einfach. Wie wäre es denn mit einer Jahreskarte für das Hennebergische Museum? Diese sind sowohl für Einzelpersonen als auch für Familien erhältlich. Gültig sind diese für den ganz normalen Museums- und Cafébesuch, aber auch für zahlreiche Aktionstage des Museums (Vorostern, Frühjahrsmarkt, Maus-Türöffnertag u. ä.), allerdings nicht bei Veranstaltungen

von Fremdveranstaltern. Jahreskarten können auch nach Bestellung per Mail per Post gegen Rechnungslegung zugesandt werden.

Zudem finden Sie in unserem Museumsshop auch ein umfangreiches Buchangebot zu regionalen Themen.

Adventsmarkt der Sinne

Ein lang gehegter Wunsch geht endlich in Erfüllung. Gemeinsam mit dem „Gartenkönig“, Ausrichter des jährlichen Gartenfestivals in Kloster Veßra, startet das Museum vom 1. bis 3. Dezember seinen ersten Adventsmarkt. Eine illuminierte Klosteranlage und kulinarische Köstlichkeiten laden zum verweilen und genießen ein. Zahlreiche Händler bieten auf dem Gelände und in den Innenräumen Kunsthandwerk, Geschenkideen, weihnachtliche Dekoration und vieles mehr an. Am Samstag und Sonntag gibt es zudem ein Rahmenprogramm. In der Schmiede präsentiert jeweils am Nachmittag Kunstschmied Blaurock aus Hinternah sein Können, die Märchen-erzählerin Linda Trillhase liest den Grimmklassiker „Die goldene Gans“ und das irische Märchen „Der Fingerhut“. Jeweils ab 16.00 Uhr sorgt der Posaunenchor Hildburghausen mit festlicher Musik für vorweihnachtliche

Stimmung. Ein besonderes Highlight erwartet die Besucher am Samstagabend zum Country Christmas. Ab 19.00 Uhr spielt „Rocky Mountain Music“ ihr weihnachtliches Programm.

Öffnungszeiten des Marktes:

Freitag, 01.12.	16-21 Uhr
Samstag, 02.12.	13-22 Uhr
Sonntag, 03.12.	11-19 Uhr

Adventssingen im Café am Klostergarten

Das Museumscafé lädt am 17.12.2023 um 14 Uhr bei Stollen und Lebkuchen, Weihnachtsduft und Kerzenschein zum gemeinsamen Adventssingen mit Eve Geißenhöner-Baddack. Der Zugang zum Café ist dabei ohne Eintritt über den Museumseingang möglich (ab 13.45 Uhr). Voranmeldungen unter Tel.:

VVK und bei Vorreservierung 10,00 €/Abendkasse 12,00 € Anmeldungen unter Tel.:

036873-69030 oder per Mail:
info@museumklosterveßra.de

Sonderöffnungszeiten zwischen Weihnachten, Neujahr und im Januar

Vom 26. bis zum 30. Dezember hat das Museum durchgängig von 10 Uhr bis 17 Uhr (letzter Einlass: 16 Uhr), geöffnet. Am 31. Dezember öffnet das Museum um 11.00 Uhr und schließt bereits 16 Uhr (letzter Einlass 15 Uhr). Am 24. und 25. Dezember, am 1. Januar sowie in der Zeit vom 8. Januar bis 01. Februar bleibt das Museum geschlossen.

Die Öffnungszeiten des Museumscafés sind zu finden unter: www.museumklosterveßra.de/aktuelles.

Unsere Veranstaltungen im Dezember

- 1.12./16-21 Uhr Adventsmarkt der Sinne
- 2.12./13-22 Uhr Adventsmarkt der Sinne
- 2.12./19 Uhr Country Christmas mit „Rocky Mountain Music“
- 3.12./11-19 Uhr Adventsmarkt der Sinne
- 17.12. Adventskonzert Meininger Kammerchor

Schließtage zu den Feiertagen und Neujahr

24. & 25.12./01.01. und 08.01. bis 01.02., am 31.12. von 11-16 Uhr geöffnet.

Unser Geschenketipp zum Fest:

Verschenken Sie eine Jahreskarte für das Museum Kloster Veßra. (als Einzel- und Familienkarte erhältlich). Bestellungen per E-Mail auch gegen Rechnungslegung möglich.

info@museumklosterveßra.de

www.museumklosterveßra.de

DEN STREUTALER WINTER IM GLÜHWEIN-EXPRESS ERLEBEN

Gerne stellen wir Ihnen wieder Freizeittipps für die Adventszeit im Streutal vor. Wir laden dazu ein, den Lichterglanz in Städten und Dörfern, zwischen Burg- und Klostermauern zu genießen, kulinarische Köstlichkeiten zu probieren, besonderes Kunsthandwerk zu bestaunen und beim Bummeln mit Freunden und Familie schöne Weihnachtsgeschenke zu entdecken.

Steigen Sie daher diesen Dezember gerne um – in den Glühwein-Express! Dieser Bus-Shuttle verbindet drei stimmungsvolle Weihnachtsmärkte des Streutals am 2. Dezember miteinander und fährt auch das benachbarte Oberelsbach an.

Der genussvolle Adventsmarkt in Ostheim v.d. Rhön findet in diesem Jahr im Bereich Schlösschen, Markthalle und Rathaus statt. Ab 14:00 Uhr kann die Krippenausstellung in der Kirchhofschele

(bis 07.01.2024) bewundert werden.

Die Scheunenweihnacht 2.0 belebt in Fladungen die Innenstadt und das Scheunenviertel, die über einen stimmungsvollen Weg verbunden werden. Marktstände, Tombola und Kutschfahrt am Samstag laden zum Verweilen ein.

Der kleine Rhöner Ort Stetten verwandelt sich in das bezaubernde „Steedemer Weihnachtsdorf“. Insbesondere lokale Aussteller präsentieren ihre handgemachten Produkte.

Der Adventsmarkt an der romantisch im Wald gelegenen Oberstreuer Birkighütte kann bereits am 25. und 26. November von 11:00 bis 20:00 Uhr (Sonntag bis 19:00 Uhr) besucht werden.

Die romantische Klosterweihnacht in Wechterswinkel lockt am 09.12. (11 - 20 Uhr) und am 10.12. (11 - 17 Uhr)



Mein Strom – natürlich von hier!

 Überlandwerk Rhön GmbH
Sondheimer Str. 5 | 97638 Mellrichstadt
Tel. 09776 61-0 | E-Mail: info@uew-rhoen.de
uew-rhoen.de   

mit kulinarischen Genüssen im festlich geschmückten Innenhof des Klosters. Auch der Nikolaus schaut vorbei. Ausstellungsführungen um 14:30 Uhr.

Ebenfalls am 09.12. kann der Adventsmarkt in Neustädtles (14:30 – 20:00 Uhr) besucht werden. Geboten wird ein reichhaltiges Angebot für kulinarische Genießer sowie ein Kinderprogramm mit Nikolaus und Erzähltheater.

Für kleine und große Kinder reizvoll ist der Besuch des nostalgischen Weihnachtsmarktes in Mellrichstadt am 16.12. (13:00 – 19:00 Uhr) und am 17.12. (12:00 – 18:00 Uhr). Am 17.12. lohnen sich

außerdem die Fahrt oder die Wanderung hoch zur Ostheimer Lichtenburg, wo die Burgweihnacht ab 15:30 Uhr auf das anstehende Weihnachtsfest einstimmt.

Kommen Sie gerne ins Streutal, kommen Sie an den Feiertagen zum Jahresende zur Ruhe und kommen Sie noch besser ins neue Jahr 2024.

Alle näheren Infos rund um die Veranstaltungen finden Sie auf www.streutalallianz.de

Streutalallianz e. V.

Hauptstraße 4
97638 Mellrichstadt
info@streutalallianz.de
www.streutalallianz.de

Not sehen und handeln.

CARITAS IM BISTUM FULDA

UNSERE DIENSTE UND EINRICHTUNGEN:

- Sozial- und Lebensberatung
- Sucht- und Drogenberatung
- Schuldner- und Insolvenzberatung
- Betreuung wohnungsloser Menschen
- Kleidermarkt
- Altenpflegeheime, Taubblindenheim
- Seniorenwohnanlagen
- Seniorenfreizeiten und -reisen
- Häusliche Pflege/Sozialstationen
- Lehranstalt für Altenpflege
- Beratung, Wohnheime/Betreutes Wohnen für Menschen mit Behinderung oder psychischer Erkrankung und deren Angehörige
- Caritas Berufswege Fulda
 - Zertifizierter Bildungsträger
 - Fachstelle für berufliche Integration
 - Werkstätten für behinderte und psychisch kranke Menschen
- Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen: Beratung, Stationäre und ambulante Hilfen, Jugendsozialarbeit

VON
MENSCH
ZU
MENSCH



Kontakt und Infos:

Telefon (06 61) 24 28-0
info@caritas-fulda.de
www.caritas-fulda.de

MASSGEFERTIGTE KINDERSCHUHE AUS FULDA-EDELZELL

Frau Birgit Botzum erfüllte sich Ihren Traum Kinderfüßen etwas Gutes zu tun. Aus ihrer Leidenschaft wurde ein Geschäftsmodell und so entstand das Label „Bibo's“, das für den Vor- und Zunamen der Inhaberin steht. BBKreativ näht neben Krabbelschuhen für Kinder auch personalisierte Kissen, Shopping-Taschen aus Filz und noch manch anderes, das es zu bestaunen gilt.

„Leder ist mein Lieblingswerkstoff“, so Frau Botzum im Gespräch und erzählt dem WALDEMAR weiter:

„Nach der Geburt meines zweiten Kindes begann ich mit der Fertigung von Lederhausschuhen, da herkömmliche Babypantoffel meinem Kind einfach nicht passten.“



So entstand die Idee passgenaue Lederschühchen selbst anzufertigen. Bald entstand im Familien- und Freundeskreis ein verstärktes Interesse an den besonderen Schuhen.

„Im Jahre 2007 gründete ich dann mein kleines Unternehmen und die Nachfrage stieg rasant an“, so Birgit Botzum im Gespräch und führt weiter aus: „Zuerst werden die Füße vermessen, danach erfolgt die passgenaue, also maßgefertigte, Anfertigung.“

Bei freier Farb- und Motivwahl für Kinder vom Krabbelalter bis zum rund zwölften Lebensjahr. Das naturgegerbte Rind- oder Wasserbüffelleder deutscher Herkunft wird mit natürlichen Farbstoffen weiterverarbeitet. So entstehen atmungsaktive Schuhe die hautverträglich und somit auch ideal für Allergiker sind.

„Ob nun im Kindergarten, zum Turnen und, und ... die Schuhe sind einfach ideal“, endet Frau Botzum. Wir meinen, ein Besuch bei BBKreativ in Fulda-Edelzell lohnt, gerade jetzt vor Weihnachten. (GGA)



Fotos: privat

BBKREATIV.de

- Lederpuschen nach Maß
- Kuschtiere
- Filztaschen
- Kissen

Bibo's

Birgit Botzum
Spessartstrasse 1b
36043 Fulda
Tel 0661-5008161
Mobil 01773267630



ZIELE ERREICHEN.



Sanitätshaus
KEIL GmbH
Saarstraße 8
36043 Fulda
Tel.: 0661 25063-0
www.keil-san.de

SANITÄTSHAUS
KEIL
MEHR GESUNDHEIT, MEHR FITNESS



KULTURSTADT
FULDA SCHLOSS
THEATER

SCHLOSSTHEATER FULDA

Programmhighlights Dezember - Februar 2023

THEATER

Sa/13/01/24 – 20:00 Uhr

AUS DEM NICHTS

nach dem gleichnamigen Film von Fatih Akin

Sa/27/01/24 – 20:00 Uhr

BIOGRAFIE: EIN SPIEL

mit Hans Löw, Maren Eggert und Helmut Mooshammer

Sa/24/02/24 – 20:00 Uhr

ACH, DIESE LÜCKE, DIESE ENTSETZLICHE LÜCKE

von Joachim Meyerhoff

Do/29/02/24 – 20:00 Uhr

ISTANBUL

Leichtfüßige Komödie mit Musik von Sezen Aksu

KONZERT

So/14/01/24 – 17:00 Uhr

VINCENT LING*

PIANALE-Preisträger 2022

Do/25/01/24 – 20:00 Uhr

LÁZLÓ FENYŐ & Julia Okruashvili*

Duoabend mit Cello & Klavier

Fr/02/02/24 – 20:00 Uhr

DIANA DAMRAU

& Helmut Deutsch
Liederabend



Alle Veranstaltungen im
Schlosstheater, außer
* im Fürstensaal.

WELTWEIT NUR 4 KONZERTE:
2.2. FULDA / 6.2. NEW YORK
10.2. BRÜSSEL / 14.2. WIEN

OPER

Di/09/01/24 – 20:00 Uhr

DIE BANDITEN (konzertant)

Opéra bouffe von Jacques Offenbach

Mi/31/01/24 – 20:00 Uhr

LA TRAVIATA

(als Kammerstück mit Klavier)

Oper von Giuseppe Verdi

So/04/02/24 – 18:00 Uhr

HOFFMANN'S ERZÄHLUNGEN

Fantastische Oper von Jacques Offenbach
in französischer Sprache mit deutschen Übertiteln

AKZENTE

Sa/09/12/23 – 20:00 Uhr

DIDO & AENEAS / TIME TRAVEL

Baroque goes Pop / Henry Purcell &
The Beatles

Di/27/02/24 – 20:00 Uhr

GARDI HUTTER

Die Schneiderin

TICKETS

Theater / Ticketshop
Schlossstraße 5
36037 Fulda

☎ 0661 102-1483
✉ theater@fulda.de

www.schlosstheater-fulda.de

Instagram / Facebook:
@Schlosstheater-
Fulda

WEIHNACHTEN NAHT – AUCH IN DER KUNSTSTATION



Fotos: Kunststation Kleinsassen

Die Artothek der Kunststation ist die zweitgrößte Artothek Deutschlands. Hier können Sie aus einer Vielzahl von Werken für ein bis drei Jahre Bilder zu extrem niedrigen Preisen – ab 36€ pro Jahr – ausleihen. Falls Sie sich dann nicht von Ihrer Leihgabe trennen wollen, gilt die Leihgebühr als Anzahlung und Sie können das Bild käuflich erwerben. Ist das nicht auch die Idee für ein ganz besonderes Weihnachtsgeschenk? – jetzt vor Weihnachten und bis Ende Dezember mit Preisrabatt:

Lassen Sie sich verführen zu einem neuen Lieblingsbild in Ihren eigenen vier Wänden – und das ganz ohne Kaufzwang, einfach als Leihgabe. Kommen Sie vorbei und suchen Sie sich an den Ziehwänden in der Artothek etwas eigenes oder als originelles Weihnachtsgeschenk aus. Auch die aktuelle Studioausstellung zeigt Bilder aus der Artothek – Lieblingsbilder, ausgesucht von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Kunststation: „Lieblingsstücke“ (9.12.23 - 14.01.24)

Noch bis zum 14.01.23 können Sie unsere aktuellen Winterausstellungen sehen:

Michael Apitz – Rhein trifft Rhön (24. September 2023 – 14. Januar 2024)

Der Maler und Grafiker Michael Apitz ist mit dem Rheingau von Kindheit an eng verbunden. Inzwischen hat er die Rhön kennengelernt und sich von ihrer landschaftlichen Schönheit und Weite zu weiteren Gemälden inspirieren lassen. Diese Arbeiten werden in der Ausstellung erstmals zu sehen sein. Unterhalb der Milseburg trifft Rhein auf Rhön. / Michael Apitz, geboren 1965 in Eltville, studierte Design an der Fachhochschule Wiesbaden. Er ist selbständig als Maler und Grafiker tätig und wurde auch bekannt als Comic-Zeichner. Er lebt in Hausen v. d. H. (Rhein-Taunus-Kreis).

Carolina Camilla Kreusch – Makrowolke und Mikroloses (23. – 14. Januar 2024)

Wer Ausstellungen der Bildhauerin Carolina Camilla Kreusch betritt, findet sich immer inmitten eines unbekannten, strahlenden Kosmos mit ungewöhnlichen Geschöpfe, biomorphen Formationen und fragil-bizarren Konstruktionen. Nachdenklich stimmen die Töne schwingen leise mit in dieser neuen, faszinierenden Welt. Carolina Kreusch (*1978 in München) lernte

an der Berufsfachschule für Holzbildhauer in Oberammergau, 2003 bis 2010 studierte sie als Meisterschülerin an der Akademie der Bildenden Künste Karlsruhe. Das Atelier der Künstlerin befindet sich in München.

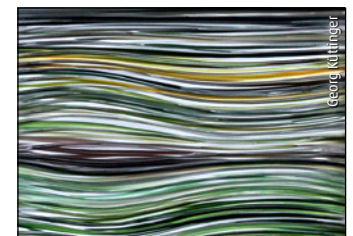
Georg Küttinger – Räumliche Partituren (24. Sept. 2023 – 14. Jan. 2024)

Ausschnitte seiner Aufnahmen – entstanden unter wechselnden Blickwinkeln und Lichtverhältnissen – fügt er neu zusammen, schiebt sie ineinander, reiht oder schichtet sie. Und er erschafft dabei neue Kompositionen, die alles Wesentliche des Gesehenen ordnen und in höchster Weise konzentrieren. Es entstehen eindruckliche, faszinierende Bilder, die in der Betrachtung ganz neue Sichtweisen und Erlebnisse beschieren. / Georg Küttinger, geboren 1972 in München, studierte Architektur. Seit 1995 entstehen fotografische Arbeiten. Er lebt und arbeitet in München.

Das Café in der Kunststation ist biozertifiziert. Hier können Sie selbst gebackene Kuchen und Torten genießen, ebenso wie kleine herzhaft Leckereien. Auch für private Feierlichkeiten bietet das Café in der Kunststation einen unver-

wechselbaren Rahmen. Fragen Sie nach einem Termin!

Herzliche Einladung auch zum Künstlergespräch mit Georg Küttinger am 10.12.23, begleitet von dem Musiker Maruan Sakas (am Flügel) um 15 Uhr / Eintritt frei / Auch der Eintritt in die aktuellen Ausstellungen ist an diesem tag frei.



Georg Küttinger

24.09.2023 – 14.01.2024

Georg Küttinger
Räumliche Partituren

Carolina Camilla Kreusch
Makrowolke und Mikroloses

Michael Apitz
Rhein trifft Rhön

KUNSTSTATION KLEINSASSEN

Ausstellungen: Kunst zum Betrachten & Erwerben
Artothek: Kunst zum Ausleihen & Kaufen
Skulpturengarten: Kunst zum Genießen im Freien
Kulinarik: Besuchen Sie auch unser Café!

Di.-So. und Feiertage 13–18 Uhr
Betriebsferien in der Zeit vom 13.11. bis
08.12.23, Wiedereröffnung Sa., 09.12.23!
An der Milseburg 2 • Hofbieber-Kleinsassen
www.kunststation-kleinsassen.de

FRÄNKISCHE WEIHNACHT IN BAD KISSINGEN

Festlich stimmungsvolle Klänge in der Adventszeit

Zur Einstimmung auf das Weihnachtsfest können Gäste und Einheimische in der Adventszeit ein besonderes Konzert erleben. Am 10. Dezember verwandelt sich der Max-Littmann-Saal in die Kulisse der „Fränkischen Weihnacht“ und verströmt pure Vorfreude in der besinnlichen Zeit.

Am zweiten Advent präsentieren regionale Ensembles ab 15:30 Uhr ein abwechslungs-

reiches Programm, welches dem Publikum den Weihnachtsbrauch in Franken näherbringt. Zuschauende können sich auf harmonisch mehrstimmigen Gesang anheimelnder Weihnachtslieder, begleitet von traditionellen Instrumenten freuen, die geradezu verzaubern. Inmitten des stilvoll dekorierten Max-Littmann-Saal führen die Sängerinnen und Sänger sowie die Musikantinnen und Musikanten auf wunderbarer

Weise durch diesen festlichen Nachmittag.

Stimmige Lichteffekte, die hervorragende Akustik sowie die beschauliche Atmosphäre tragen ebenso zu einem Konzerterlebnis bei.

Auf der Bühne werden die Premicher Blechbläser, Hoibüchle Muisig, das Alphontrio Holzklang, die Veeh Harfengruppe der Nüdlinger Werkstatt sowie Luigi

Antonio Parente mit „Saitenmalerei“ zu sehen sein, die dem Publikum das fränkische Weihnachtsbrauch näherbringen.

Eintrittskarten sind in der Tourist-Information Arkadenbau, telefonisch unter 0971 8048-444, online unter www.badkissingen.de/events oder unter folgender E-Mail-Adresse: kissingen-ticket@badkissingen.de erhältlich.

73. BAD HERSFELDER FESTSPIELE

werfen Ihre Schatten voraus

Die 73. Bad Hersfelder Festspiele werden am Freitag, 21. Juni 2024, mit der „Dreigroschenoper“ eröffnet.

Dazu Joern Hinkel: „Mit einer schrillen, siebenköpfigen Band kehren Bertolt Brecht und Kurt Weill in ihrer 'Dreigroschenoper' den melodramatischen, großen Gestus der Oper ins Groteske und Spielerische. Ihr Stück ist voller

musikalischer Anspielungen, hinterhältig, doppelbödig und bei aller Desillusionierung charmant und schmissig. Es ist das reinste Vergnügen, den Gangstern, Polizisten, Huren und Bettlern beim Trällern ihrer Songs über Liebeslust und -leid zuzuhören.

„Wie im Himmel“

In „Wie im Himmel“ spielt Musik ebenso eine große Rolle.

Viele kennen die bewegende und mitreißende Geschichte in der Filmfassung aus dem Jahr 2004 mit Mikael Nyqvist und Frida Hallgren in den Hauptrollen. „Wie im Himmel“ feiert am 26. Juli 2024 Premiere in der Stiftsruine.

Neuinszenierung des Musicals „A Chorus Line“

Mit großem Orchester und einem hochkarätigen Ensemble reflektiert das Musical „A Chorus Line“ das eigene Genre erbarmungslos. „A Chorus Line“ feiert am 22. Juni Premiere in der Stiftsruine: Die Bad Hersfelder Festspiele sind das erste Theater im deutschsprachigen Raum, dass „A Chorus Line“ in einer eigenständigen Inszenierung und Choreografie auf die Bühne bringen darf. Regie wird Melissa King führen.

„Das kleine Gespenst“ geistert auch abends durch die Stiftsruine

„Das kleine Gespenst“ mit viel Musik von Oliver Urbanski, der auch Regie führte, hat die Besucherinnen und Besucher der Bad Hersfelder Festspiele im letzten Sommer

mitgerissen und begeistert. Ab dem 28. Juni 2024 spielt und singt das Ensemble also die Geschichte des kleinen Gespenstes.

„Der Vorname“ im Schloss Eichhof mit Alexandra Kamp, Pascal Breuer, Sebastian Goder u.a.

Ein turbulenter Abend und beliebte und bekannte Gesichter erwarten auch im kommenden Sommer die Besucher des Schlosses Eichhof. „Der Vorname“ steht im Mittelpunkt der Komödie von Alexandre de la Patellière und Matthieu Delaporte.

Bei Sofortkauf der Eintrittskarten für die Spielstätte Stiftsruine wird bis zum 31. Dezember 2023 auf nicht ermäßigte Karten ein Rabatt in Höhe von 10 % gewährt. Das Familienstück und die Nebenspielstätte Schloss Eichhof sind von dieser Ermäßigung ausgenommen.

Tickets und Informationen: Telefon +49 6621 640200 ticket-service@bad-hersfelder-festspiele.de www.bad-hersfelder-festspiele.de



KFZ Kalkofen
Inh. Heiko Kalkofen

... sicher und zuverlässig ankommen

Ruhrstrasse 5 36043 Fulda Tel. 0661-402402 Fax 0661-9426375 eMail: kfz_weltzoo@web.de

HOFBIEBER – KULTURHAUPTSTADT DER RHÖN

Die Menschen die im Schatten der Milseburg geboren sind, oder dort leben, müssen von dem berühmten „Riese Mils“ kulturelle Gene vererbt bekommen haben. Warum ich das vermute? Nun, lesen Sie selbst:

Bereits im Jahre des Herrn 1882 gründeten sangesfreudige Menschen einen Gesangsverein unter dem Namen „Eintracht“ Hofbieber. Dieser Gesangsverein war und ist die Quelle aus der manchen Künstlern, die noch heute aktiv sind, hervorgingen und hoffentlich noch kommen. Dazu später mehr.

Wir alle kennen die 1926 gegründete Trachtenkapelle Elters, aus dem gleichnamigen Ortsteil von Hofbieber, die im

In- und Ausland mit Ihren Auftritten große Erfolge erzielte und noch immer erzielt. Ein Höhepunkt sei erwähnt 2017 wurde man Europameister im Bereich der Böhmischo-mährischer Blasmusik. Ebenso bekannt ist das „Malerdorf Kleinsassen“ aus dem Künstler wie Paul Klüber oder Petro Ernst Schmiegelow nicht nur hervorgingen sondern die den Ruf von Kleinsassen begründeten. Die Kunststation Kleinsassen hat ebenfalls einen europaweiten Ruf. Auch die 1997 gegründeten „Grasmücken“ der Familie Wirth haben Hofbieber und somit die Milseburg weit über die Kreisgrenzen berühmt gemacht. Aktuell ist Matthias Wirth unter dem Namen Duo Rübenkraut mit seinem Freund Matthias zur Freude

von vielen Rhön- und Musikliebhabern wieder unterwegs.

Zurück nach Hofbieber und seinem Gesangsverein. Ob Theater oder Kinderchor immer wieder kommt das künstlerische Potential zum tragen. Dann ist da noch die HOBIFA ein Name der, nicht nur, zur Foaset bekannt ist. Aus diesem Karnevalsverein kamen von 1982 bis 2011 die „Pladde Stoarn“ eine Gruppe von 8 Personen (vier Ehepaare) die Hits der 60 – 80er Jahren mit mundartlichen Texten versehen sehr erfolgreich zum Besten gaben. Die Frau mit der Fleischworscht, eine karnevalistisch Größe der besonderen Art. Kennen Sie „Sir Amos“? Natürlich kennen Sie den legendären Disjockey, der, was Wunder, aus

Hofbieber kommt. Der wohl bekannteste künstlerische Hit hieß vor Jahren „Quatsch mit Sosse“ und mutierte dann zu „Wolf und Bleuel“. Es war fantastisch wie und was die beiden Künstler dargeboten haben, es wäre wert gewesen dieses Comedy-Potential bundesweit zu sehen. Schade! Heute nun reißt ein „Landwirt“ die Zuschauer mit seinem ureigenen Rhöner Humor von den Stühlen. In astreinem Platt bringt Franz Habersack jeden Saal zum Beben.

Wenn ich was oder wen vergessen haben sollte? Dos däd mer leid, särt man in de Rhö!

Also wenn man von Kultur spricht in unserer Heimat, dann könnte man auch Hofbieber sagen. (GGA)

Live 2024 – Für IMMER und NEU GITTE HAENNING in Fulda in der Orangerie

Auf ihrer Live 2024-Tour präsentiert Gitte Haenning in einer feinen, kleinen Besetzung - sie selbst, ihr Pianist, ihr Bassist – ihre Lieblingssongs - musikalisch frisch und lebendig. Am Sonntag, 03. März, darf sich auch das Publikum in Fulda auf Gittes Auftritt um 19 Uhr in der Orangerie freuen.

Über 60 Jahre steht – nein, singt und springt - diese stimmlich wie als Person unfassbar einnehmende Künstlerin nunmehr schon auf den Brettern, die die Welt bedeuten. Mit acht Jahren stand Gitte Haenning erstmals auf der Bühne. Dann ging es Schritt für Schritt nach oben: Mit ihrem Hit „Ich will 'nen Cowboy als Mann“ wurde sie 1963 zu einer der

beliebtesten Interpretinnen des deutschsprachigen Schlagers. Es folgten internationale Hits und erfolgreiche Konzeptalben sowie zahlreiche Auszeichnungen. Mit über 70 Jahren begeistert die Künstlerin immer noch ihr Publikum.

„Die Frau ist wie Wein: je älter, desto besser“, schrieb nach einem Konzert im Jahr 2022 die Fuldaer Zeitung. Und weiter: „Die Stimme ist kraftvoll und geschmeidig wie eh und je. Viel wichtiger als das Äußere ist freilich ihr unbeschreibliches Charisma. Diese Frau ist einfach mit allen Wassern der Branche gewaschen und lebt ihre Musik.“ In Anlehnung an einen ihrer zahlreichen Hits formulierte die Rheinische Post:



Foto: Jim Rakete

„Gitte Haenning will nicht nur alles, sie kann es auch!“

Gitte Haenning hat sicherlich Spaß am Programm. Sie durchstreift ihr enormes Repertoire und gibt 2024 auf eine aufregende Weise ihrer Musik, ihren Geschichten und Leidenschaften ein ausdrucksstarkes frisches Gewand – immer mit dem Blick nach vorn und immer Gitte Haenning! Und schließlich: Auf die Schlager, die alle mitsingen können, muss man nicht verzichten. Höchstens

ein wenig warten. Andere Stücke sind der Haenning zunächst wichtiger. Auch das macht diesen Konzertabend dann so ganz besonders.

Der Vorverkauf für das Konzert in Fulda hat soeben begonnen; Karten gibt es bei den Geschäftsstellen der Tageszeitungen, bei allen weiteren bekannten Vorverkaufsstellen und online auf www.provinztour.de.

Ticket Hotline
06 61 / 280 644.

RUHE FINDEN IN DER WEIHNACHTSZEIT

Die Tage werden kürzer, die Vorbereitungen für Weihnachten starten und die Freude auf das große Fest wächst. Wie die Adventszeit entspannt und besinnlich werden kann, zeigt Sarah Weber in Ihrem Geschäft Sarah Wohnideen für Deko- und Wohnaccessoires in Hilders.

„Ich nutze die Weihnachtszeit, um wieder bei mir anzukommen. Denn das Jahr rast nur so dahin. Gerade war noch Hochsommer und jetzt startet bereits die Silvesterplanung. Dazwischen müssen Weihnachtsgeschenke gekauft und die Weihnachtsfeiern sowie die zahlreichen Besuche auf dem Weihnachtsmarkt koordiniert werden. Viel zu schnell entsteht der bekannte Weihnachtsstress. Deshalb heißt es bei mir: Entschleunigt durch die Weihnachtszeit“, erzählt Sarah Weber.

Und dieses persönliche Motto setzt die Ladeninhaberin von Sarah Wohnideen auch in ihrem Geschäft in Hilders um. Das Geschäft für Deko- und Wohnaccessoires erstrahlt in einem weihnachtlichen Look aus klassischen Grün- und Rot-

tönen gemischt mit warmen Naturfarben. Von Weihnachtskugeln, Duftkerzen, Vasen und Geschirr über Kissen und Stoffe bis hin zu Süßwaren aus Italien, zahlreichen Teesorten und Glühweingewürzmischungen – Das vielfältige Sortiment von Sarah Weber verbindet den englischen Landhausstil mit ganz viel Gemütlichkeit. Auch Schafwoldecken aus 100 % reiner Schafwolle sind in diesem Winter das erste Mal bei Sarah Wohnideen zu finden.

„Bei mir können meine Kunden die Hektik des ganzen Jahres einfach loslassen. Darum geht es doch an Weihnachten. Ankommen bei sich selbst sein und sich Zeit nehmen. Vielleicht mit einem guten Tee, einem Glühwein, mit einer schönen Decke und einem Buch auf dem Sofa“. Passend dazu gibt es bei Sarah Wohnideen auch eine große Auswahl an Kleidung in den Größen 34 bis 54. „Mit niedlichen Kuschelsocken, einem Schlafanzug im englischen Landhausstil oder einer gemütlichen Strickjacke wird die dunkle Jahreszeit direkt zu einer wunderschönen Me Time“, resümiert die Ladeninhaberin.



Fotos: PROFLAX



Öffnungszeiten
Mo bis Mi. 9.30 – 15.30 Uhr
Do. und Fr. 12.00 – 18.30 Uhr
Sa. 10.00 – 13.00 Uhr

Sarah Weber
Bahnhofstraße 11
36115 Hilders
T 06681 9671818



SARAH-WOHNIDEEN.DE



BETRIEBLICHE KRANKENVERSICHERUNG SIGNAL IDUNA MIT NEUEM ARBEITGEBERPORTAL

Im Herbst 2022 hat SIGNAL IDUNA die neue Produktlinie „+“ in der betrieblichen Krankenversicherung (bKV) auf den Markt gebracht. Diese Budget-Tarife lassen sich ganz einfach im optimierten SIGNAL IDUNA-Arbeitgeberportal verwalten.

Bereits seit einigen Jahren bietet SIGNAL IDUNA Betrieben ein Arbeitgeberportal an, über das sich die Kollektivverträge und die versicherten Mitarbeitenden einfach und sicher verwalten lassen.

Seit Februar 2023 steht nun eine modernisierte Plattform zur Verfügung. Sie bietet Funktionen wie Vertrags- und Personenübersichten mit komfortablen Suchfunktionen, Prämienübersichten je Kollektiv und je Vertrag oder auch An-, Um- und Abmeldung.

Dabei hat das Arbeitgeberportal nicht nur das Design des neuen Markenauftritts übernommen, sondern wurde auch in Sachen Bedienbarkeit optimiert. Im ersten Schritt steht das überarbeitete Portal allen Arbeitgebern zur Verfügung, die einen Tarif der neuen bKV-Produktlinie „+“ abgeschlossen haben. Altverträge werden zu einem späteren Zeitpunkt übertragen.

Mit der Produktlinie „+“ profitieren Versicherte vom ausgebauten Leistungsumfang, zusätzlichen Assistance-Leistungen und Budgethöhen zwischen 300 bis 1.500 Euro. Betriebe können schon ab drei Angestellten einen bKV-Kollektivvertrag bei SIGNAL IDUNA abschließen. Die Versicherten können gegen eigenen Beitrag den Versicherungsschutz für sich und ihre Angehörigen um weitere

Leistungsbausteine erweitern.

Mit einer bKV bietet der Arbeitgeber seinen Mitarbeitenden einen echten Mehrwert. Er profitiert von einer zufriedenen Belegschaft

und hat beim Wettrennen um Fachkräfte die Nase vorn gegenüber der Konkurrenz. Und das dank des Arbeitgeberportals von SIGNAL IDUNA ohne großen Verwaltungsaufwand.

SIGNAL IDUNA 
füreinander da

Generalagentur
Jörg Herbert

Adalbertstraße 52
36039 Fulda
Telefon 0661 86976956
Mobil 0177 3562897
joerg.herbert@
signal-iduna.net
www.signal-iduna.de/
joerg herbert



Hochstift Weihnachts-Bier

*Damit wird
Weihnachten in Fulda
erst richtig schön!*



Auch im Geschenkkarton mit limitierten Jahresgläsern beim Hochstiftlichen Brauhaus

GOETHE'S GUTER TIPP AUS DER HEXENKÜCHE

Es gibt ein Mikroimmunsystem, dass sich um die Abwehr von Viren, Bakterien und anderen Mikroorganismen kümmert – siehe Waldemar Herbstausgabe. Und es gibt ein Makroimmunsystem. Teil davon ist der Hippocampus, zwei sehr alte, ca. daumengroße Hirnareale in Form von Seepferdchen. Dort befindet sich ein Index zum Auffinden von Erinnerungen. Der Hippocampus dient also dazu sich wieder daran zu erinnern, was wir erlebt haben, wann, wo und auch wie, also welche Emotionen damit verbunden waren. Dies ist wichtig für unser reflektiertes Denken, unsere Resilienz, also Widerstandsfähigkeit und unsere Kreativität. Also um Abschätzen zu können, wie wir mit gewissen Situationen umgehen.

Der Hippocampus hat nur eine geringe Speicherkapazität von ca. einem Tag. Deswegen sind wir abends nicht mehr so aufnahmefähig wie am frühen Morgen. In der Nacht gibt es deswegen einen großen Datenupload vom Zwischenspeicher Hippocampus auf den walnußförmigen Neo-Cortex, der als sehr große Festplatte dient. Mithilfe bestimmter Nervenzellen, den sog. Indexneuronen legt der Hippocampus das Inhaltsverzeichnis zum Wiederauffinden der gespeicherten Informationen an.

Damit wir uns auch im Alter an Kindheitserinnerungen erinnern können, muss der Hippocampus wachsen und zwar zwischen 1-2 % pro Jahr. In den letzten Jahrzehnten schrumpft aber der Hippocampus im Schnitt mit 1-2 % jährlich laut Forschungsergebnissen, weil nicht ausreichend Indexneurone mehr gebildet werden. Die Ursachen dazu sind vielfältig. Ungesun-

de Ernährung und Lebensweise, Vitamin D-Mangel, Stress und Reizüberflutung (man denke an den Gebrauch von Handys oder die ständige Wiederholung negativer Nachrichten), Mangel an sozialen Kontakten und chronische Entzündungen hemmen die Bildung der so wichtigen Indexneurone. Insbesondere scheinen die letzten Jahre besonderen Schaden hinterlassen zu haben. Studien zeigen, dass das Erinnerungsvermögen von Schulkindern schon im ersten Corona-Jahr stark nachgelassen hat. Erschöpfungssyndrome und Depressionen haben dagegen massiv zugenommen, die Suizidversuche haben sich bei Jugendlichen verdreifacht. Indexneurone sind wichtig für die psychische Resilienz, sind also Schutz vor Depressionen. Demenz bei < 65-jährigen soll zwischen 2018 und 2021 um ganze 31 % zugenommen haben.

Es gibt mittlerweile auch Forschungen zum prätraumatischen Belastungssyndrom. Durch ständige Beeinflussung mit Angstszenarien kann alleine das Denken an eine negative Situation, das sich vorstellen von Negativem, schon ein Trauma auslösen.

Detailliert erklärt in den Büchern von Dr. M. Nehls „Das Indoktrinierte Gehirn“ und „Das erschöpfte Gehirn“.

Was können wir also tun, um unser Gehirn durch negative Einflüsse zu schützen, um unsere Leistungsfähigkeit und mentale Widerstandsfähigkeit zu bewahren?

Bewahrt Euch Eure sozialen Kontakte: Vereinsleben, Singen im Chor, eine gute Nachbarschaft und, ganz besonders wichtig, eine intakte Familie! Gebt Euch, Euren

Kindern und Enkelkindern Wurzeln.

Ausreichend Schlaf ohne geopathische Beeinflussung (Melatonin stimuliert die Bildung neuer Nervenzellen). Bewegung in der Natur – 1h Spaziergehen pro Tag sind ausreichend. Das hilft auch seinen Vitamin D Spiegel zu verbessern, wobei die meisten Menschen dennoch extra Vitamin D zuführen sollten.

Natürlich ist eine gesunde Ernährung wichtig, reich an Obst & Gemüse, essentiellen Aminosäuren und Omega-3-Fettsäuren.

Fixstern und Lebenssinn: eine vernünftige Aufgabe und Arbeit sind immens wichtig – es gibt so viele Möglichkeiten.

Diese Ratschläge sind kein Hexenwerk – wir finden sie z.B. schon in den 5 Säulen der Gesundheit nach Sebastian Kneipp oder in der Hexenküche in Goethes Faust:



Foto: privat

„Gut! Ein Mittel, ohne Geld und Arzt und Zauberey, zu haben:
Begib dich gleich hinaus aufs Feld, fang' an zu hacken und zu graben,
Erhalte dich und deinen Sinn
In einem ganz beschränkten Kreise, Ernähre dich mit ungemischter Speise“.

Ich wünsche Ihnen ein gesundes und glückliches Neues Jahr mit Frieden, Licht & Liebe.

Ihr Dr. med. Martin Freiherr von Rosen



Dr. von Rosen

50 Jahre „Auch Herzlichkeit hilft heilen“
50 Jahre Naturheilkunde
50 Jahre Innovative Medizin

Praxis & Klinik
für
Gesamtmedizin

Fritz-Stamer-Strasse 11, 36129 Gersfeld/Rhön

Tel. 06654-960950

www.dr-von-rosen.de

DIE LETZTEN SEITEN

EINMAL WÖCHENTLICH GARANTIERT WARMES ESSEN UND WARME STUBE GEGEN DIE KÄLTE

Mit Herannahen des Winters ist der HOTRoom der Caritas demnächst wiedereröffnet – Adresse diesmal die Altentagesstätte im Wohnheim am Dom – Kanalstraße 1 a

Nicht ganz so angespannt wie im vergangenen Jahr wirkt die allgemeine Stimmung in Bezug auf die Versorgungslage und die Lebenserhaltungskosten. Dennoch stellt der nahende Winter eine Herausforderung für Menschen in prekären

Lebenssituationen dar: Kann man die eigene Wohnung ausreichend heizen? Ist die Versorgung mit Strom oder Gas kostentechnisch sichergestellt? Reicht das Geld für täglich warmes Essen? Die Wintermonate sind natürlich ganz besonders für Bedürftige eine Herausforderung, die bei Dunkelheit, Kälte und Nässe für eine Suppe und ganz besonders für Begegnungen und ein Gespräch dankbar sind. An alle diese Menschen richtet sich

das HOTRoom-Angebot der Caritas Fulda: Ab dem 23. November wird immer donnerstags von 12.00 bis 14.00 Uhr in der Altentagesstätte der Caritas in der Kanalstraße 1a – direkt vis-à-vis vom Dom am Eingang zum Dahliengarten – eine warme Suppe gereicht. Jeder Gast ist zum kostenlosen Essen willkommen und darf sich auch während der HOTRoom-Zeit gerne in der Altentagesstätte etwas ausruhen oder die Zeit für ein Gespräch nutzen.

„Wir freuen uns, dass der HOTRoom auch an anderer Adresse wiedereingerichtet werden konnte“, betont Diözesan-Caritasdirektor Dr. Markus Juch. „Es ist wichtig, den Menschen mit Unterstützungsbedarf eine solche Hilfe zu bieten.“

Die HOTRoom-Saison wird bis Ende März 2024 gehen, am Gründonnerstag, dem 28. März, ist der letzte Öffnungstag geplant.



VINZENZ GRUPPE
FULDA

HERZ-JESU-
KRANKENHAUS
FULDA gGmbH

Kompetenz und Fürsorge

Unser Leistungsspektrum:

- Allgemeine Innere Medizin, Gastroenterologie, Hepatologie, Diabetologie und Kardiologie
- Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin
- Allgemein- und Viszeralchirurgie, minimal-invasive Chirurgie
- Wirbelsäulenchirurgie
- Gynäkologie und Geburtshilfe
- Geriatrische Innere Medizin und Rheumatologie
- Anästhesie, postoperative Intensiv- und Schmerztherapie
- Diagnostische und interventionelle Radiologie
- Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie



Buttlarstraße 74 • 36039 Fulda

📍 herz.jesu.krankenhaus.fulda

📠 herzjesukrankenhaus.fulda

🌐 www.herz-jesu-krankenhaus.de

NUTZEN SIE IHRE CHANCE UND GEWINNEN SIE:

3 mal 1 Buch: ein Fulda-Krimi ... und führe uns nicht in Versuchung von Kerstin Schaum

Einsendeschluss ist der 20.12.2023

3 mal 1 Gutscheinbuch – Schlemmer-Block, Fulda & Umgebung 2024

Einsendeschluss ist der 20.12.2023

Einfach das Kennwort „Weihnachten“ an gewinnspiel@der-waldemar.de senden. Die Gewinner werden per E-Mail informiert.

WINTER AUF DEN FRIEDHÖFEN

Die Zeit von Allerheiligen und Totensonntag bis Weihnachten berührt viele Trauernde auf besondere Art. Auf den Friedhöfen werden Kerzen angezündet. Für die Angehörigen ist die Anwesenheit der Verstorbenen an den Gräbern über den Tod hinaus spürbar und sie suchen diesen Ort auf, um den geliebten Menschen nahe zu sein.

Untersuchungen über das Trauerverhalten von Menschen zeigen, dass Trauer aus einer Sehnsucht besteht, die zugleich eine Beziehung zum Verstorbenen ist. Dabei existiert auch weiterhin Kommunikation mit den Verstorbenen, sie findet nur auf eine andere Weise statt: Sie äußert sich in den Trauerhandlungen.

Trauerrituale in der Winterzeit

Viele Gräber werden in diesen Tagen winterlich-weihnachtlich geschmückt. Liebevoll gestaltete Bepflanzungen oder Blumenschalen, ausgelegtes Tannengrün, Zapfen, Kränze, Sterne oder sogar kleine Weihnachtsbäume geben Zeugnis von gelebter Liebe zu den Verstorbenen.

In dieser Zeit hilft ein Trauer-ritual aus dem katholischen Glauben über die Dunkelheit hinweg: „Eine Kerze anzünden“ schafft eine Verbindung zu den Verstorbenen und das Licht der leuchtenden Kerze erleuchtet die Seele und die innere Dunkelheit. Wenn Angst oder tiefe Traurigkeit vorherrschen, kann das Trost spenden.

Ein Grab als Orientierung im Wandel der Zeit

Im Gegensatz zum hektischen Alltag mit den allgegenwärtigen Veränderungen der Rahmenbedingungen unseres Lebens, bietet sich der Friedhof an als ein geschützter Ort der Stille, an dem die Menschen in Ruhe nachdenken, meditieren oder beten und Ihrer bewusst werden können.

An den Weihnachtsfeiertagen kommen vielerorts die Familien zusammen. Beim gemeinsamen weihnachtlichen Besuch auf dem Friedhof hat das Grab als Ort des gemeinsamen Gedenkens an Verstorbene eine wichtige Bedeutung. Eine gut gestaltete Grabstätte ist hilfreich, sie kann den Angehörigen Wurzeln und



Orientierung geben und setzt das Leben der Verstorbenen in einen konkreten Raum.

Gute Grabmalgestaltung

Wenn die Hinterbliebenen das passende Grabmal auswählen, drücken sie damit Liebe und Dankbarkeit, aber auch Respekt für die Lebensleistung aus und schaffen so einen Ort tiefer Verbundenheit. Die Gestaltung des Grabmals hat dabei eine wesentliche Bedeutung: Welcher Stein passt am besten und was soll ausgedrückt werden?

Im max böse Grabmal-Zentrum erhalten alle Kunden eine einfühlsame Unterstützung bei der Suche nach einem passenden Stein für Ihre Angehörigen oder als Vorsorge für sich selbst. Auch auf der neugestalteten Webseite www.grabmal-zentrum.de finden sich viele hilfreiche

Informationen, die zu Hause in Ruhe gelesen werden können. Ab sofort ist der neue Katalog „Ausdruck des Lebens und der Erinnerung“ erhältlich. Aufgebaut wie ein Besuch im Grabmalzentrum, bietet er viel Wissenswertes rund um die Herstellung eines Grabmals. Wie in der heimischen Ausstellung in Großenlütder findet der Leser vor emotional gestalteten Hintergründen und passenden Zitaten eine große Vielfalt an Grabmalen und kreativen Gestaltungsmöglichkeiten.

Wir bedanken uns bei allen Kunden für Ihr Vertrauen und wünschen friedvolle Weihnachtsfeiertage und gute Gedanken voller Hoffnung für ein gutes neues Jahr!

Heinz und Susanne Böse und das ganze Team vom max böse Grabmal-Zentrum

max böse
GRABMAL-ZENTRUM

Bei uns finden Sie den passenden Grabstein, der das zum Ausdruck bringt, was Sie mit Ihren Verstorbenen verbindet.

Geöffnet:
Mo. – Fr.: 9:30 – 17:00 Uhr
Samstag: 9:00 – 13:30 Uhr
und nach Vereinbarung...

Industriestraße 2-4,
36137 Großenlütder,
Tel. 0 66 48. 95 01-0



Ausdruck des Lebens und der Erinnerung...

E-Mail: info@grabmal-zentrum.de | www.grabmal-zentrum.de

DIRK DENZERS NEUE SHOW »ANANDA«

WINTER
VARIÉTÉ
FULDA

Das ideale
Weihnachtsgeschenk



Lass dich verzaubern!

26.-30. DEZEMBER 2023
ORANGERIE FULDA

Tickets, Infos und Arrangement: wintervariete-fulda.de • 24-Stunden-Tickethotline: 069 - 902 839 86*

* 0,20 €/Anruf inkl. MwSt. aus den Festnetzen, max. 0,60 €/Anruf inkl. MwSt. aus den Mobilfunknetzen